FOUR COMBINE MICRO-ONDES/GRIL/CONVECTION

MANUEL D'UTILISATION

LIRE ATTENTIVEMENT LE MANUEL AVANT D'UTILISER L'APPAREIL.

MC-8483NLR

P/No: 3828W5A3975

Précautions

Précautions destinées à éviter toute surexposition aux micro-ondes.

Le four ne peut pas fonctionner la porte ouverte grâce à son système de verrouillage de sécurité intégré dans le mécanisme de la porte. Ces mécanismes de sécurité arrêtent automatiquement toute cuisson lors de l'ouverture de la porte ; ce qui dans le cas de micro-ondes pourrait engendrer une exposition nocive à l'énergie micro-ondes.
Il est important de ne pas endommager le système de verrouillage.

Ne placer aucun objet entre l'avant du four et la porte et ne laisser aucun résidu d'aliment ou de produit nettoyant s'accumuler sur les surfaces assurant l'étanchéité.

Ne pas utiliser un four endommagé. La bonne fermeture de la porte est particulièrement importante. La porte, l'encadrement, les charnières et les loquets (cassés ou mal ajustés), les joints de la porte et les surfaces d'étanchéité ne doivent pas être endommagés.
Ne confier cet appareil pour réglage ou réparation qu'à un technicien qualifié du service après-vente.

⚠ *ATTENTION*

**Vérifier les temps de cuisson.
Une cuisson excessive peut enflammer
un aliment et endommager le four.**

Lors du réchauffage de liquides, soupes, sauces et boissons dans votre four à micro-ondes, une ébullition éruptive tardive peut se produire sans apparition de bulles. Cette condition peut entraîner un bouillonnement soudain sur le liquide chaud. Pour éviter ce risque, suivre les étapes ci-dessous:

1. Éviter d'utiliser des récipients à bord droit avec col étroit.

2. Ne pas surchauffer.

3. Remuez le liquide avant de placer le récipient dans le four, remuez à nouveau à mi-cuisson.

4. Après le réchauffage, laisser reposer dans le four quelques minutes, remuez ou secouer de nouveau les liquides (en particulier, le contenu des biberons et des récipients d'aliments pour nourrissons) et vérifies leur température avant consommation afin d'éviter les brûlures (biberons et récipients d'aliments pour nourrissons, notamment). Faire attention en manipulant le récipient.

⚠ *ATTENTION*

**Laisser reposer un instant l'aliment
réchauffé au micro-onde et tester
la température avant consommation.
Notamment les biberons et petits pots.**

Sommaire

Mode de fonctionnement du four à micro-ondes

Les micro-ondes sont une forme d'énergie semblable aux ondes radio ou télé et à la lumière du jour. En général les micro-ondes se propagent vers l'extérieur alors qu'elles se déplacent dans l'atmosphère et disparaissent sans effet. Les fours à micro-ondes cependant, disposent d'un magnétron conçu pour utiliser l'énergie des micro-ondes. L'électricité, qui alimente le magnétron, permet de créer l'énergie micro-ondes.

Ces micro-ondes pénètrent la surface de cuisson par des ouvertures pratiquées dans le four. Un plateau tournant est situé sur la sole du four. Les micro-ondes ne peuvent pas traverser les parois métalliques du four, mais elles peuvent pénétrer dans des matériaux tels que le verre, la porcelaine, le papier, des matériaux dont sont constitués les ustensiles pour micro-ondes.

Les micro-ondes ne chauffent pas les récipients utilisés pour la cuisson même si ceux-ci peuvent chauffer du fait de la chaleur générée par la nourriture.

Un appareil très sûr

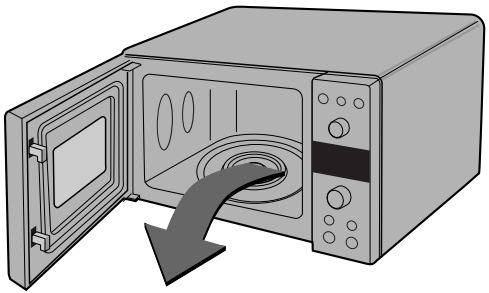
Votre four à micro-ondes est l'un des appareils électroménagers les plus sûrs. Lorsque la porte est ouverte, le four cesse immédiatement de produire des micro-ondes. L'énergie micro-ondes est totalement convertie en chaleur lorsqu'elle pénètre la nourriture, ne dégageant aucune énergie résiduelle nocive pour la personne qui cuisine.

Précautions — 2
Sommaire — 3
Déballage de l'appareil et Installation — 4 ~ 5
Bandeau de commande — 6
Méthode pour utilisation des accessoires suivant le mode de fonctionnement — 7
Programmation Personnelle (Programmer l´Horloge) — 8
Sécurité Enfant — 9
Démarrage Rapide — 10
Puissance micro-ondes cuisson — 11
Niveau de Puissance — 12
La cuisson en deux étapes — 13
Gril Cuisson — 14
Gril Combinaison Cuisson — 15
Conserver la Chaleur de la Cuisson à la Vapeur — 16
Nettoyage Facile — 17
Cuisson rapide à température élevée Préhauffer — 18
Cuisson rapide à température élevée Cuisson — 19
Convection Combinaison Cuisson — 20
Convection Préchauffer — 21
Convection Cuisson — 22
Cuisson Automatique — 23 ~ 28
Cuisson Rapide — 29 ~ 31
Cuisson à la Vapeur du Chef — 32 ~ 36
Décongélation Automatique — 37 ~ 38
Guide de cuisson ou réchauffage — 39
Legumes Frais Guide — 40
Guide de Décongélation — 41
Gril Guide — 42
Convection Guide de Cuisson — 43 ~ 44
Guide pour Cuire avec le Plateau Métallique (Crisping Plateau) — 45 ~ 46
Cuisson rapide à température élevée Guide de Cuisson — 47
Guide pour Cuire à la Vapeur — 48
Consignes importantes de sécurité — 49 ~ 50
Ustensiles pour Micro-ondes — 51
Caractéristiques des Aliments Et cuisson Micro-ondes — 52 ~ 53
Questions et Réponses — 54
Listes des tests IEC — 55
Avertissements et Spécifications Techniques — 56

Déballage de l'appareil et Installation

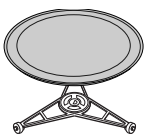
En suivant les étapes de base décrites sur ces deux pages, vous serez rapidement en mesure de vérifier le bon fonctionnement de votre four. Veuillez faire particulièrement attention aux instructions portant sur l'emplacement de votre four. Lorsque vous sortez le four de son emballage, veillez à bien retirer tous les accessoires et emballages. Vérifiez que le four n'a pas été endommagé pendant la livraison.

1 Déballez le four et posez-le sur une surface plane.



SUPPORT HAUT

SUPPORT BAS



PLATEAU EN VERRE

SUPPORT POUR PLATEAU TOURNANT

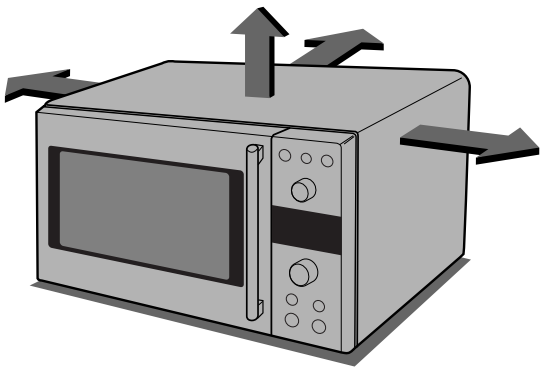
UNITÉ DE CUISSON À LA VAPEUR

COUVERCLE APTE POUR CUIRE À LA VAPEUR

ASSIETTE APTE POUR CUIRE À LA VAPEUR

BOL APTE POUR CUIRE À LA VAPEUR (PLATEAU MÉTALLIQUE)

2 Placez le four à l'emplacement de votre choix, à une hauteur supérieure à 85 cm, en s'assurant qu'il existe un espace d'au moins 20 cm en haut et 10 cm à l'arrière, pour assurer une ventilation correcte. L'avant du four doit se trouver à au moins 8 cm du bord de la surface pour éviter de basculer. Une sortie d'évacuation est placée sur la partie supérieure ou latérale du four. Ne pas l'obstruer pour éviter d'endommager l'appareil.



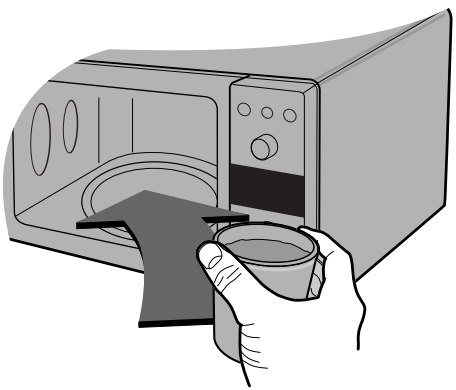
CE FOUR NE DOIT PAS ÊTRE UTILISE A DES FINS DE RESTAURATION COMMERCIALE

3 Branchez le four dans une prise standard. Vérifiez que le four est le seul appareil branché à cette prise.

Si votre four ne fonctionne pas correctement, débranchez et rebranchez-le.

4 Ouvrez la porte de votre four à micro-ondes à l´aide de la **POIGNÉE DE LA PORTE.** Placez le **SUPPORT POUR PLATEAU TOURNANT** dans le four et posez le **PLATEAU EN VERRE** dessus.

5 Remplissez un **récipient pour micro-ondes** avec 300 ml d'eau. Placez-le sur le **PLATEAU EN VERRE** et fermez la porte du four. Si vous avez des doutes sur le récipient à utiliser, veuillez vous reporter à la page 51.

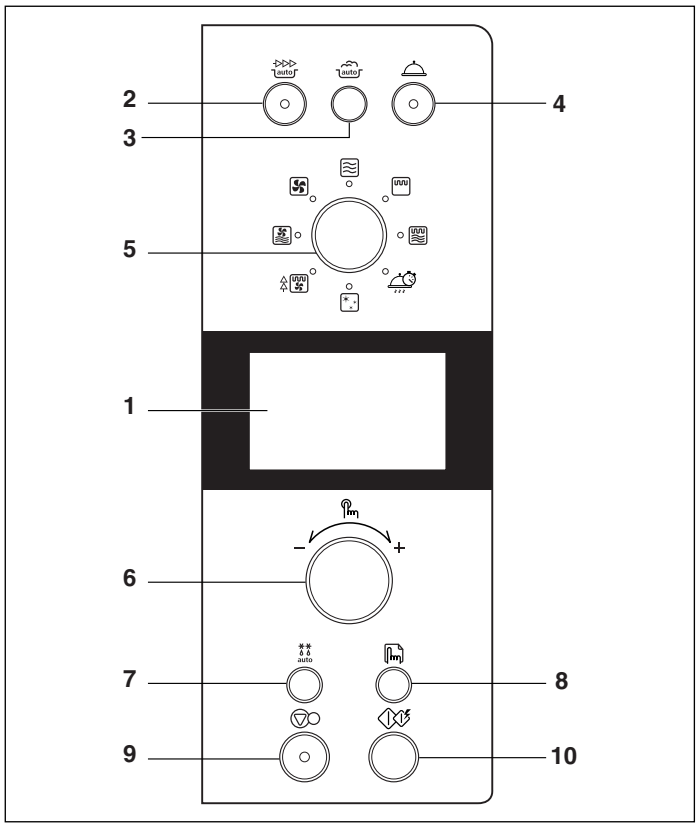


6 Appuyez sur le bouton **DÉPART** six fois pour régler le temps de cuisson sur 3 minutes. Vous entendrez un **SIGNAL SONORE** à chaque pression sur le bouton. Votre four démarrera avant d'achever la sixième pression ; c'est normal.

7 **L'AFFICHEUR** comptera à rebours à partir de 3 minutes. Lorsqu'il indiquera 0, il sonnera trois fois. Ouvrez la porte du four et testez la température de l'eau. Si votre four fonctionne bien, l'eau devrait être chaude. **Faites attention en sortant le récipient du four, il peut être chaud.**

VOTRE FOUR EST PRÊT

Bandeau de commande



1. **FENÊTRE D'AFFICHAGE :** sert à indiquer l'heure, la puissance de cuisson et la catégorie de cuisson.
2. **CUISSON RAPIDE :** permet de sélectionner la fonction de cuisson rapide
3. **CUISSON AUTOMATIQUE :** permet de sélectionner la fonction de cuisson automatique.
4. **VAPEUR DU CHEF :** permet de sélectionner la fonction vapeur.
5. **BOUTON DE COMMANDE :** permet de choisir entre les modes micro-ondes, grill, combiné grill/micro-ondes, vapeur, nettoyage, air pulsé, combiné convection/micro-ondes et convection.
6. **BOUTON :** permet de sélectionner la température de convection, le temps de cuisson et le poids.
7. **DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE :** permet de sélectionner la décongélation automatique.
8. **PROGRAMMATION PERSONNELLE :** permet de modifier les réglages par défaut du micro-ondes pour l'horloge, la vitesse de défilement et la langue.
9. **ARRET/ANNULER :** permet d'arrêter le micro-ondes et d'effacer toutes les entrées, à l'exception de l'heure.
10. **DÉPART/DÉPART INSTANTANÉ :** permet de régler rapidement et directement le temps de cuisson.

Méthode pour utilisation des accessoires suivant le mode de fonctionnement

	Micro-ondes	Gril	Convection	Vapeur du Chef	Cuisson rapide à température élevée	Combinaison
COUVERCLE APTE POUR CUIRE À LA VAPEUR	X	X	X	X	X	X
ASSIETTE APTE POUR CUIRE À LA VAPEUR	X	X	X	X	X	X
BOL APTE POUR CUIRE À LA VAPEUR	O	O	X	X	O	O
ASSIETTE APTE POUR CUIRE À LA VAPEUR + BOL APTE POUR CUIRE À LA VAPEUR	X	X	X	X	X	X
UNITÉ DE CUISSON À LA VAPEUR	O	X	X	O	X	X
SUPPORT HAUT	X	O	X	X	X	O
SUPPORT BAS	X	X	O	X	O	O
PLATEAU EN VERRE	O	O	O	O	O	O

Précaution: Assurez-vous d´employer les accessoires mentionnés dans le guide de cuisson.

O : Acceptable

X : Pas Acceptable

Programmation Personnelle
(Programmer l´Horloge)

Vous pouvez choisir l'affichage de l'heure sur 12 heures ou 24 heures. L'exemple ci-dessous vous montre comment régler l'heure à 14:35, avec un affichage sur 24 heures.
Vérifiez qu'il ne reste aucun élément d'emballage ou de conditionnement sur ou dans votre four.

Lorsque vous branchez votre four pour la première fois, ou lorsque l'alimentation est rétablie suite à une coupure de courant, le caractère ' 88:88 ' s'affiche à l'écran.
Vous devez alors à nouveau régler l'horloge.

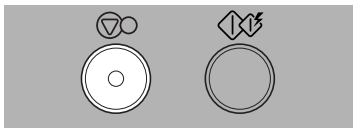
Si des symboles anormaux s'affichent à l'écran, débranchez la prise d'alimentation de votre four, rebranchez là, puis régler de nouveau l'horloge.

Tableau de Fonctions Personnalisées

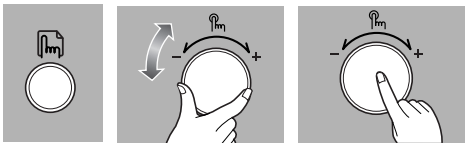
No.	*Fonction*	*Options*	*De l´Usine*
1	Horloge	En fonctionnement (12H, 24H)	Éteint
2	Vitesse de Lecture	Très lent, Lent Normal, Rapide, Très rapide	Normal
3	Choix de la Langue	GB/DE/FR/ ES/IT/RU/NL	FR

1 Vérifiez que votre four est installé conformément aux instructions données précédemment.

Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**

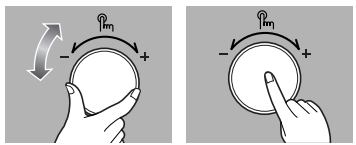


2 Appuyez sur la touche **PROGRAMMATION PERSONNELLE** (Programmation Personnelle) une fois.
Tournez le **BOUTON** pour choisir la programmation de l´horloge.
Appuyez sur le **BOUTON** (l´écran affichera Tournez le Cadran pour choisir 12-HEURES ou 24-HEURES).



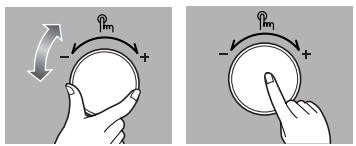
3 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher 24H.

Appuyez sur le **BOUTON** pour valider les heures.



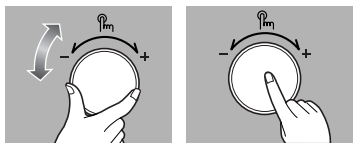
3 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "14:00" à l'écran.

Appuyez sur le **BOUTON** pour valider les heures.



4 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "14:35" à l'écran.

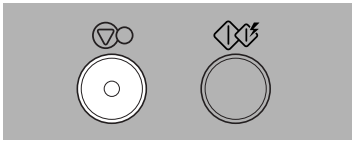
Appuyez sur le **BOUTON** pour valider les minutes.
L'horloge est réglée.



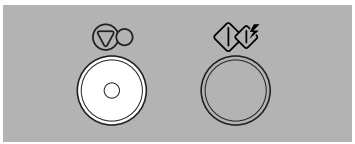
Sécurité
Enfant

Votre four est muni d'un dispositif de sécurité qui empêche la mise en marche accidentelle de votre four.
Lorsque la fonction Sécurité enfant est activée, aucune autre fonction ne peut être activée et il sera impossible de se servir de l'appareil.
Cependant, votre enfant pourra toujours ouvrir la porte du four.

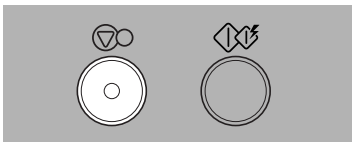
1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**



2 Appuyez et maintenez enfoncée la touche **ARRET/ANNULER** jusqu'à ce que **"SECURITE ENFANT"** apparaisse sur l'afficheur et qu'un signal sonore retentisse.
La **SÉCURITÉ ENFANT** est enclenchée.



3 Pour annuler la **SÉCURITÉ ENFANT**, appuyez et maintenez enfoncée la touche **ARRET/ANNULER** jusqu'à ce que **SECURITE ENFANT** disparaisse, vous entendrez le signal sonore quand elle sera désactivée.

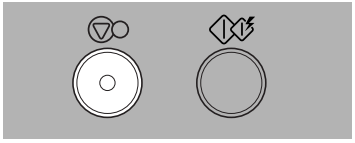


Démarrage rapide

Dans cet exemple, je vous montre comment sélectionner 2 minutes de cuisson à puissance maximale.

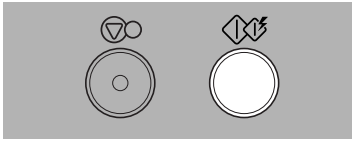
La fonction **DEMARRAGE RAPIDE** vous permet d'introduire des intervalles de 30 secondes de cuisson à puissance maximale (HIGH) en utilisant la touche **DÉPART.**

1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**



2 Appuyez quatre fois sur **DÉPART INSTANTANÉ,** pour sélectionner 2 minutes à puissance maximale (HIGH).

Votre four se mettra en route avant la quatrième pression.



3 Pendant la cuisson de **DÉPART INSTANTANÉ**, vous pouvez prolonger le temps de cuisson jusqu´à 10 minutes en appuyant à plusieurs reprises sur la touche de **DÉPART INSTANTANÉ,** et jusqu´à 100 minutes à l´aide du **BOUTON.**

Puissance Micro-Ondes

Cuisson

L'exemple ci-dessous vous montre comment cuire des aliments à une puissance de 800W (80%), pendant 5 minutes et 30 secondes.

Votre four possède cinq réglages de puissance différents.

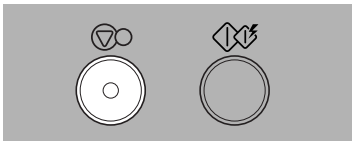
NIVEAU DE PUISSANCE	*PUISSANCE DE SORTIE*
10	1 000W(max)
9	900W
8	800W
7	700W
6	600W
5	500W
4	400W
3	300W(❋)
2	200W
1	100W

Précaution:

N´utilisez jamais la Grille Supérieure, la Grille Inférieure, le Couvercle , le Bol ni l´Assiette seuls dans le Mode Micro-ondes

1 Vérifiez que votre four est installé conformément aux instructions données précédemment.

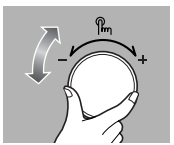
Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**

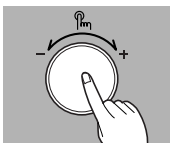


2 Tournez le **BOUTON DE COMMANDE** pour choisir la **PUISSANCE.**

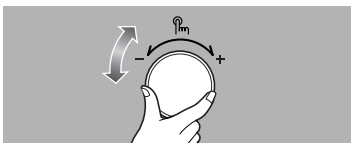
3 Sélectionnez 800W (80%) à l'aide de du **BOUTON.**

Appuyez sur le **BOUTON** pour confirmer la puissance.

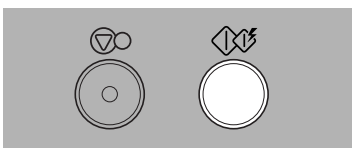




4 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "5:30" à l'écran.



5 Appuyez sur **DÉPART.**
Pendant la cuisson, vous pouvez tourner le bouton pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson.



Niveau de puissance

Votre four à micro-ondes possède 10 niveaux de puissance pour vous permettre un maximum de flexibilité et un contrôle optimal de la cuisson. Le tableau ci-dessous vous indique le niveau de puissance recommandé pour différents types d'opérations possibles avec ce four à micro-ondes.

NIVEAU DE PUISSANCE	*EMPLOI*	*PUISSANCE DE SORTIE*
10 (maximum)	• Faire bouillir de l´eau. • Faire du caramel. • Cuire des morceaux de volaille, du poisson ou des légumes. • Cuire des morceaux de viande tendre. • Volaille en entière.	1 000W (max)
9	• Réchauffer du riz, des pâtes ou des légumes.	900W
8	• Réchauffer des plats préparés rapidement. • Réchauffer des sandwichs.	800W
7	• Cuire des oeufs, du lait ou des plats comportant du fromage. • Cuire des gâteaux, des pains. • Fondre du chocolat.	700W
6	• Cuire du veau. • Cuire du poisson entier. • Cuire des desserts ou des crèmes caramels.	600W
5	• Cuire du jambon, de la volaille entière ou de l´agneau. • Cuire du côté de boeuf rôtie.	500W
4	• Cuire des morceaux de viande moins tendres. • Cuire des carrés de porc.	400W
3	• Décongeler de la viande, de la volaille ou des fruits de mer.	300W (❄❄)
2	• Tempérer un fruit. • Tiédir du beurre.	200W
1	• Conserver chauds des ragoûts ou des plats principaux. • Tiédir du beurre ou du fromage à la crème.	100W

La cuisson en deux étapes

L'exemple ci-dessous vous montre comment cuisiner un plat en deux étapes. La première étape cuit votre plat pendant 5 minutes et 30 seconds à 800W(80%) et la deuxième étape va cuire le plat pendant 35minutes à 400W.

Pendant une cuisson en deux étapes, vous pouvez ouvrir la porte du four pour vérifier la cuisson.
Ensuite, fermez la porte et appuyez sur **ARRET/ANNULER** pour reprendre la cuisson.

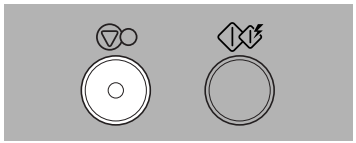
À la fin de la première étape, le four émet un BIP, pour indiquer le début de la deuxième étape.

Si vous voulez quitter le programme, il suffit d'appuyer deux fois sur **ARRET/ANNULER.**

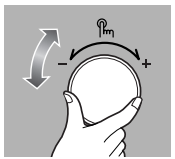
En cas de cuisson avec auto-décongélation, vous pouvez programmer jusqu'à trois étapes sur votre four. (Auto-décongélation + Etape1 + Etape2) Vous pouvez donc décongeler un plat ou un aliment avec une cuisson qui suit automatiquement sans avoir à reprogrammer le four après chaque étape.

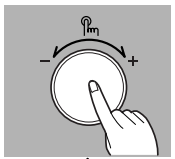
1 Affichez la puissance et la durée **pour la première étape.**

Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**



2 Sélectionnez **PUISSANCE** à l'aide du **BOUTON DE COMMANDE.**
Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "800W" à l'écran.
Appuyez sur le **BOUTON** pour confirmer la puissance.
Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "5:30" à l'écran.
Appuyez sur le **BOUTON.**



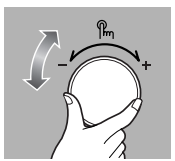


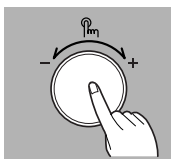
(X 2)

3 Affichez la puissance et la durée **pour la deuxième étape.**

Affichez "400W" à l'aide du **BOUTON.**

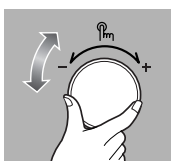
Appuyez sur le **BOUTON** pour confirmer la puissance.

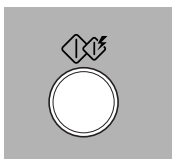




4 Affichez "35:00" à l'aide du **BOUTON.**

Appuyez sur **DÉPART.**



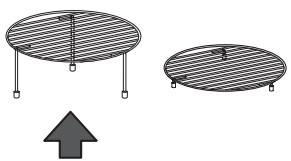


Gril
Cuisson

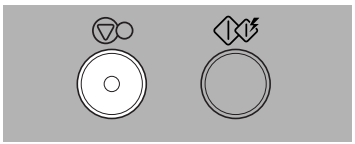
L'exemple ci-dessous vous montre comment utiliser le gril pour cuisiner un plat pendant 12 minutes et 30 secondes.

Cette fonction vous permettra de dorer et de griller rapidement les aliments.

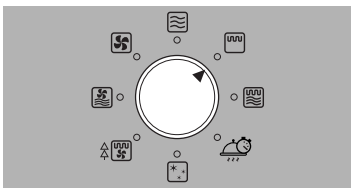
En mode gril, placer la clayette sur le plateau métallique.
Pour cuisiner en mode GRIL, utiliser la clayette haute.



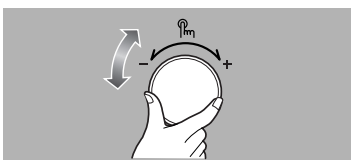
1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**



2 Sélectionnez **GRIL** à l'aide du **BOUTON DE COMMANDE.**

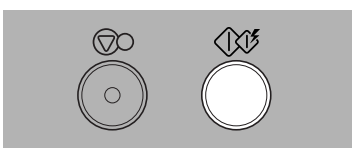


3 Affichez "12:30" à l'aide du **BOUTON** de sélection.



4 Appuyez sur **DÉPART.**

Pendant la cuisson, vous pouvez augmenter ou diminuer le temps de cuisson à l'aide du bouton.



Dans l'exemple suivant, je vous montre comment programmer votre four pour cuire des aliments pendant 25 minutes, à une puissance de 200W (20%) et avec la fonction gril.

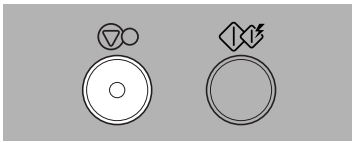
Votre four dispose d'une fonction "cuisson combinée", qui vous permet de cuire des aliments en même temps ou alternativement avec le système thermique et le système à micro-ondes. Grâce à cette fonction, les aliments cuisent plus vite.

En mode "cuisson combinée", vous pouvez utiliser trois niveaux de puissance de micro-ondes (20%, 40% et 60%).

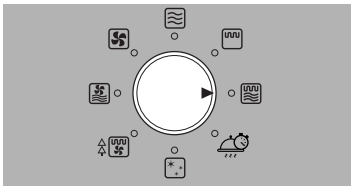
En mode gril, le plateau métallique se place entre le plateau en verre et la grille.

Micro-ondes (%)	*Puissance (watt)*
20	**200**
40	**400**
60	**600**

1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**

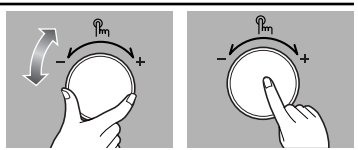


2 Sélectionnez **GRIL COMBI** à l'aide du **BOUTON DE COMMANDE.**

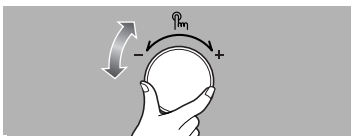


3 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "200W" à l'écran.

Appuyez sur le **BOUTON** pour confirmer la puissance.

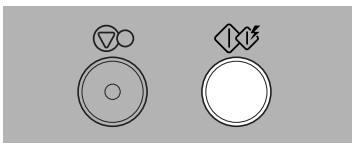


4 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "25:00" à l'écran.



5 Appuyez sur **DÉPART.**

Pendant la cuisson, vous pouvez tourner le bouton pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson.



Conserver la Chaleur de la Cuisson à la Vapeur

L´exemple suivant vous montre comment conserver les repas chauds pendant 30 minutes à l´aide du mode TRES CHAUD.

Cette fonction vous permettra de conserver le plat préparé au chaud après l´avoir cuit à l´aide de l´option de la cuisson à la vapeur du chef.

Il y a 2 modes dans la fonction afin de conserver les aliments à la vapeur chauds; TRES CHAUD et CHAUD.

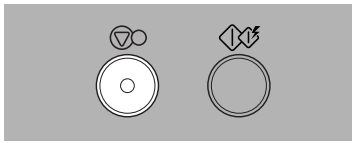
GUÍDE DE CUISSON POUR CONSERVER CHAUD À LA VAPEUR

Versez 500ml d´eau courante dans le bol. Mettez l´assiette dans le bol et placez le repas sur l´assiette. Couvrez ensuite à l´aide du couvercle.
Placez soigneusement le bol déjà prêt au centre du plateau en verre. Conservez-le en parallèle! Plat principal, Soupe, Sauce, Daube, etc.

PRÉCAUTION:

1. **Assurez-vous que le plat se trouve dans l´Unité de Cuisson dans le mode Conserver Chaud à la Vapeur.**
2. **Utilisez toujours des gants de cuisine chaque fois que vous défournez l´UNITÉ DE CUISSON À LA VAPEUR. Elle est très chaude.**
3. **Ne placez pas une UNITÉ DE CUISSON À LA VAPEUR chaude sur une table en verre ou sur une surface pouvant fondre après la cuisson. Assurez-vous d´utiliser toujours une manique ou un plateau.**
4. **Lorsque vous utilisez l´UNITÉ DE CUISSON À LA VAPEUR, Assurez-vous d´ajouter de l´eau avant de vous en servir.**
5. **Faites très attention quand vous manipulez l´UNITÉ DE CUISSON À LA VAPEUR ayant de l´eau dedans.**
6. **Lorsque vous utilisez l´UNITÉ DE CUISSON À LA VAPEUR, le couvercle et le bol devront être placés parfaitement. Les oeufs ou les châtaignes exploseront si vous ne mettez pas le couvercle et le bol.**

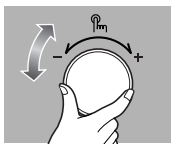
1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**

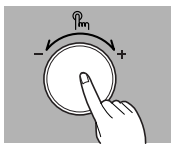


2 Sélectionnez **LA VAPEUR GARDE CHAUD** à l'aide du **BOUTON DE COMMANDE.**

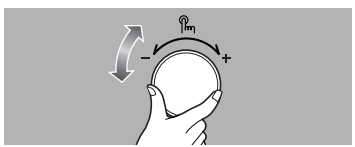
3 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "TRES CHAUD" à l'écran.

Appuyez sur le **BOUTON.**



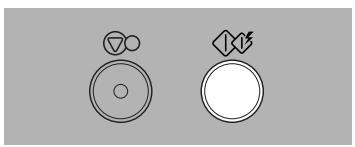


4 Tournez le **BOUTON** pour fixer le mode Conserver chaud jusqu´à ce que l´écran affiche "30:00".



5 Appuyez sur **DÉPART.**

Pendant la cuisson, vous pouvez tourner le bouton pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson.



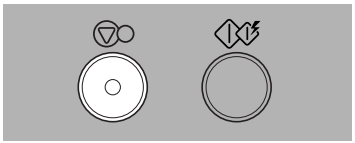
L´exemple suivant vous montre comment éliminer les odeurs du four à micro-ondes.

Nettoyage
Facile

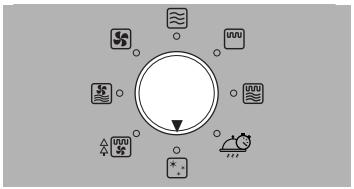
Le four possède une fonction spéciale pour éliminer les odeurs du four avec une seule action.

Vous pouvez utiliser la fonction de Nettoyage Facile dans le four sans le plat dedans.

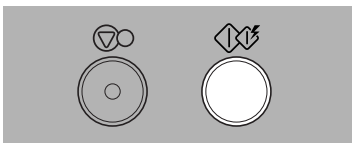
1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**



2 Sélectionnez **NETTOYAGE FACILE** à l'aide du **BOUTON DE COMMANDE.**



3 Appuyez sur **DÉPART.**
(Compte à rebours automatique)

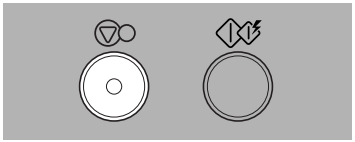


Cuisson rapide à température élevée
Préchauffer

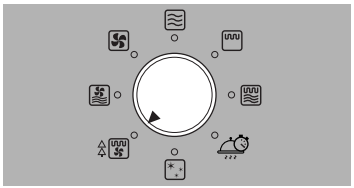
L´exemple suivant vous montre comment préchauffer le four à une température de 230°C.

Le four possède un niveau de température de 100°C ~ 250°C. (180°C disponible automatiquement lorsque le mode Cuisson Rapide à température élevée est choisi).

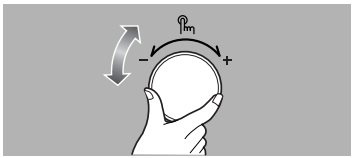
1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**



2 Sélectionnez **CUISSON RAPIDE À TEMPÉRATURE ÉLEVÉE** à l'aide du **BOUTON DE COMMANDE.**

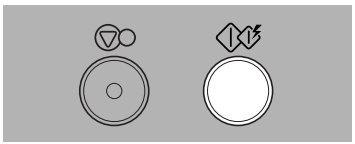


3 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "230°C" à l'écran.



4 Appuyez sur **DÉPART.**

Le préchauffage démarre et "PRECHAUFFAGE" apparaît à l'écran.



Cuisson rapide à température élevée

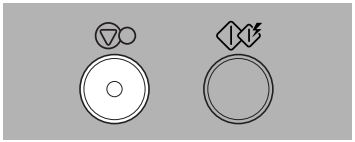
L´exemple suivant vous montre comment programmer votre four avec la cuisson rapide à température élevée à 230°C pendant 20 minutes.

Le four possède un niveau de température de 100°C ~ 250°C. (180°C disponible automatiquement lorsque le mode Cuisson Rapide à température élevée est choisi).

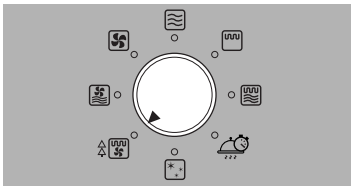
Cette fonction vous permettra de combiner l´opération convection avec le gril.

Le temps de cuisson sera réduit.

1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**

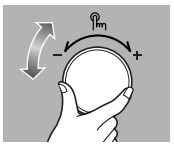


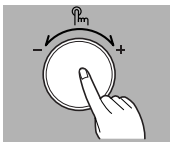
2 Sélectionnez **CUISSON RAPIDE À TEMPÉRATURE ÉLEVÉE** à l'aide du **BOUTON DE COMMANDE.**



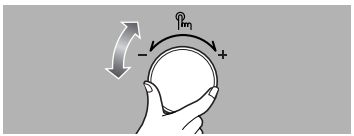
3 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "230°C" à l'écran.

Appuyez sur le **BOUTON** pour valider la température.

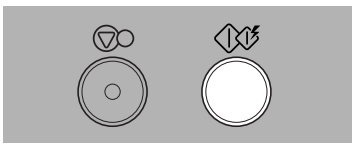




4 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "20:00" à l'écran.



5 Appuyez sur **DÉPART.**



Convection Combinée

Cuisson

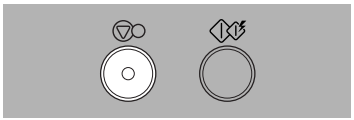
Dans l'exemple suivant, je vous montre comment programmer votre four pour cuire des aliments pendant 25 minutes, à une puissance de 600W (60%) et avec une température de convection de 200°C.

Le four possède un niveau de température de 100°C ~ 250°C. (180°C disponible automatiquement lorsque le mode convection combinée est choisi)

En mode "cuisson combinée", vous pouvez utiliser trois niveaux de puissance de micro-ondes (20%, 40% et 60%).

Micro-ondes (%)	*Puissance (watt)*
20	**200**
40	**400**
60	**600**

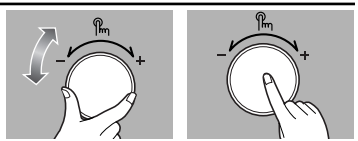
1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**



2 Sélectionnez **CONV. COMBI** à l'aide du **BOUTON DE COMMANDE.**

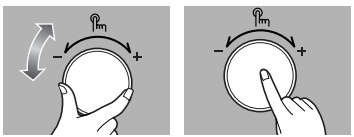
3 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "600W" à l'écran.

Appuyez sur le **BOUTON** pour confirmer la puissance.

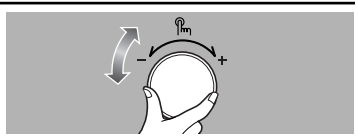


4 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "200°C" à l'écran.

Appuyez sur le **BOUTON** pour confirmer la puissance.

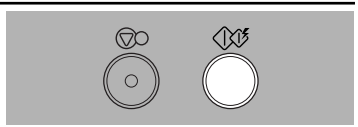


5 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "25:00" à l'écran.



6 Appuyez sur **DÉPART.**

Pendant la cuisson, vous pouvez tourner le bouton pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson.



L´exemple suivant vous montre comment préchauffer le four à une température de 230°C.

Convection
Préchauffer

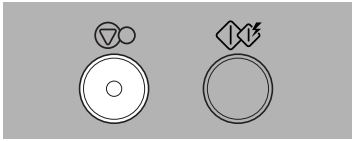
Le four peut fonctionner à une température de 30°C à 250°C (la fonction convection correspond à une température par défaut de 180°C).

*** Le four possède une fonction fermentation à 40°C. Cette fonction ne peut pas être activée si le four à une température supérieure à 40°C. Si vous utilisez cette fonction alors que la température du four est au-dessus de 70°C, le code d'erreur "E-05 " est affiché**

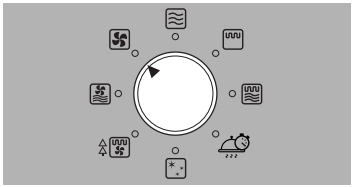
Votre four mettra quelques minutes à atteindre la température affichée.

Lorsque le four a atteint la température voulue, il émet un BIP.
Vous pouvez alors mettre votre plat dans le four et débuter la cuisson.

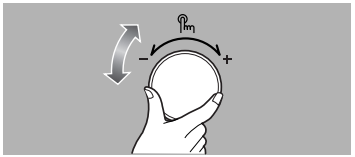
1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**



2 Sélectionnez **CONV** à l'aide du **BOUTON DE COMMANDE.**

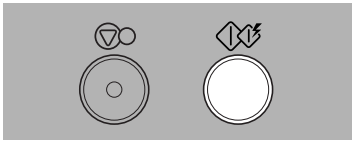


3 Affichez 230°C à l'aide du **BOUTON** de sélection.



4 Appuyez sur **DÉPART.**

Le préchauffage démarre et " PRECHAUFFAGE" apparaît à l'écran.



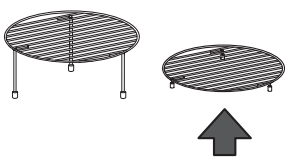
Convection
Cuisson

L'exemple ci-dessous vous montre comment préchauffer le four, puis cuire des aliments à une température de 230°C pendant 50 minutes.

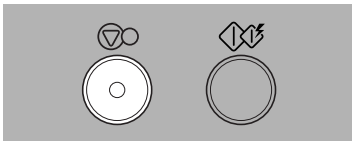
Le four peut fonctionner à une température de 30°C à 250°C (la fonction convection correspond à une température par défaut de 180°C).

Si vous n'affichez aucune température, le four affichera 180°C par défaut. Vous pouvez alors afficher la température de votre choix à l'aide du bouton.

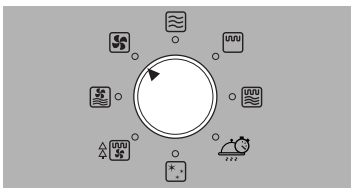
Utilisez exclusivement la clayette basse pour une cuisson en mode convection.



1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**

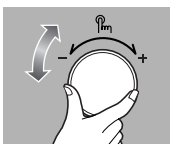


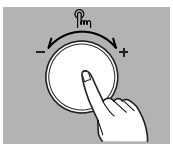
2 Sélectionnez **CONV** à l'aide du **BOUTON DE COMMANDE.**



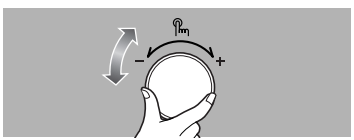
3 Afficher "230°C" à l'aide du **BOUTON.**

Appuyez sur le **BOUTON** pour valider la température.



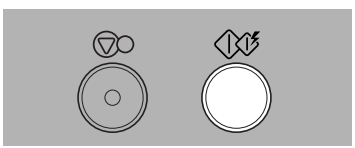


4 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "50:00" à l'écran.



5 Appuyez sur **DÉPART.**

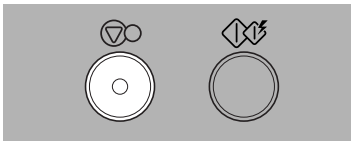
Pendant la cuisson, vous pouvez augmenter ou diminuer le temps de cuisson à l'aide de la molette.



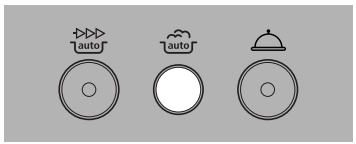
AUTO COOK permet de cuisiner la plupart de vos plats préférés, en entrant simplement le type d'aliment et son poids.

Catégorie	*Cuisson Automatique*
POMMES DE TERRE EN ROBE DES CHAMPS	**Ac 1**
LEGUMES FRAIS	**Ac 2**
LEGUMES CONGELES	**Ac 3**
RIZ/PATES	**Ac 4**
POISSON FRAIS	**Ac 5**
SOUPE/SAUCE	**Ac 6**
VIANDE SURGELEE	**Ac 7**
PIZZA A RECHAUFFER	**Ac 8**
GRATIN	**Ac 9**
PIZZA MAISON	**Ac 10**
CAKE	**Ac 11**
PAIN	**Ac 12**

1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**

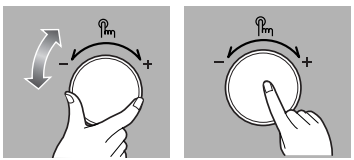


2 Appuyez sur **CUISSON AUTOMATIQUE.**



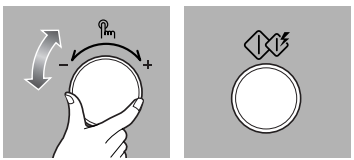
3 Affichez **"Ac 1"** sur l'écran à l'aide du **BOUTON.**

Appuyez sur **DÉPART** pour valider la catégorie.



4 Choisir "0.6kg" en tournant le **BOUTON** de sélection.

Appuyez sur **DÉPART.**



Fonction	*Catégorie*	*Poids Limite*	*Ustensile*	*Température de l'aliment*	*Instructions*
Cuisson Automatique	**POMMES DE TERRE EN ROBE DES CHAMPS (Ac 1)**	0,1 ~ 1,0kg	Sur un plateau en verre	Temp. ambiante	Choisissez des pommes de terre de taille moyenne, entre 170 ~ 200gr. Lavez et essuyez les pommes de terre. Faites plusieurs trous dans les pommes de terre avec une fourchette. Mettez les pommes de terre sur le plateau en verre. Introduisez le poids et appuyez sur START. Après la cuisson, sortez les pommes de terre du four. Couvrez-les d'une feuille de papier d'aluminium et laissez-les reposer pendant 5 minutes. ⚠ ***ATTENTION: La grille et les parois du four sont BRULANTS. Utilisez des gants appropriés.***
	LEGUMES FRAIS (Ac 2)	0,2 ~ 0,8kg	Bol apte pour cuire au four à micro-ondes	Temp. ambiante	Mettez les légumes dans un plat adapté à la cuisson au micro-ondes. Ajoutez de l'eau. Couvrez. Après la cuisson, remuez et laissez reposer. Ajoutez de l'eau en fonction de la quantité. ** 0,2 kg à 0,4 kg: 2 cuillères à soupe ** 0,5 kg à 0,8 kg: 4 cuillères à soupe
	LEGUMES CONGELES (Ac 3)	0,2 ~ 0,8kg	Bol apte pour cuire au four à micro-ondes	Surgelé	Mettez les légumes dans un plat adapté à la cuisson au micro-ondes. Ajoutez de l'eau. Couvrez. Pendant la cuisson, le four émettra un BIP. Remuez et appuyez sur la touche Commencer. Après la cuisson, remuez et laissez reposer. Ajoutez de l'eau en fonction de la quantité. ** 0,2 kg à 0,4 kg: 2 cuillères à soupe ** 0,5 kg à 0,8 kg: 4 cuillères à soupe
	RIZ / PATES (Ac 4)	0,1 ~ 0,3kg	Bol apte pour cuire au four à micro-ondes	Temp. ambiante	Lavez le riz ou les pâtes. Eliminez l´excès d´eau. Mettez le riz/les pâtes et l´eau bouillante avec 1/4 d´une cuillère à café de sel dans un bol profond et grand. Poids | 100g | 200g | 300g | Couvrir Rice | 200ml | 400ml | 600ml | Oui/Coin de ventilation Pasta | 400ml | 700ml | 1000ml | Non ** Riz - Après cuisson, laissez couvert pendant 5 minutes ou jusqu'à ce que l'eau soit absorbée. ** Pâtes - Remuez plusieurs fois en cours de cuisson. Après la cuisson, laissez reposer de 1 à 2 minutes. Rinsez les pâtes à l'eau froide.

Fonction	*Catégorie*	*Poids Limite*	*Ustensile*	*Température de l'aliment*	*Instructions*
Cuisson Automatique	**POISSON FRAIS (Ac 5)**	0,1 ~ 0,6kg	Plat adapté au four micro-ondes	Réfrigérée	Poisson entier, steak Poisson gras: saumon, maquereaux Poisson blanc: morue, églefin Disposez en une couche, dans un plat adapté. Arrosez-le avec du jus de citron. Recouvrez le plat d'un film plastique et percez la feuille à plusieurs endroits. Placez-le sur le plateau tournant. Distribuer le poids et appuyer sur la touche Commencer. Après la cuisson, enlevez le plat du four. Laissez reposer 3 minutes avant de servir.
	SOUPE/ SAUCE (Ac 6)	0,2 - 0,6 kg	Bol apte pour cuire au four à micro-ondes	Temp. ambiante	Versez la soupe/sauce dans un bol adapté au four micro-ondes. Couvrez avec un couvercle ou un film plastique. Après avoir réchauffé, remuez. Couvrez et laissez reposer pendant 2 minutes. Puis remuez et réchauffez de nouveau.
	VIANDE SURGELEE (Ac 7)	0,3 - 0,6 kg	Plateau propre Sur la grille inférieure	Réfrigérée	ENLEVEZ LE CARTON ET LA PELLICULE PROTECTRICE DE L´EMBALLAGE DU REPAS SURGÉLÉ. Placez-le sur la grille inférieure sur le plateau en verre. Après la cuisson, laissez-le reposer 1 à 2 minutes avant de servir. – Spaghettis bolognaises, Ragoût de bœuf (plats pouvant être mélangés) – Afin que le repas chauffe de manière régulière, retournez-le une fois pendant la cuisson. – Lasagne, Hachis Parmentier (plats ne pouvant pas être mélangés) **Note:** Pour les plats en sachet(s), percer les sachets contenant de la viande, du riz ou des pâtes, etc. Pour les aliments pouvant être mélangés, remuez lorsque le BIP retentit.
	PIZZA A RECHAUFFER (Ac 8)	0,1 - 0,4 kg	Grille inférieure	Réfrigérée	Cette fonction permet de réchauffer un reste de pizza froide. Mettez la pizza surgelée sur la grille inférieure. Après cuisson, enlevez du four tout de suite. Laissez reposer pendant 1 à 2 minutes.

Fonction	*Catégorie*	*Poids Limite*	*Ustensile*	*Température de l'aliment*	*Instructions*
Cuisson Automatique	**GRATIN (Ac 9)**	0,5 ~ 1,2kg	Assiette apte pour cuire au four à micro-ondes sur la grille inférieure	Temp. ambiante	Utilisez cette fonction pour faire des gratins maison. * Gratin de pommes de terre * **Ingrédients** 400g de pommes de terre 100g d'oignons(en fines rondelles) $^{2}/_{3}$ de cuillère à soupe de beurre 3 tranches de lard 350g de sauce blanche 80g de mozzarella émiettée Sel, poivre noir **(Sauce blanche)** 3 cuillères à soupe de beurre, 5 cuillères à soupe de farine, 2,5 tasses de lait Mettre le beurre dans un plat profond. Faire fondre le beurre dans le micro-ondes à température élevée (HIGH). Ajouter la farine et passer 2 minutes au micro-ondes à température élevée (HIGH). Ajouter du lait, du sel et du poivre noir. Cuire au micro-ondes pendant 15 minutes à température élevée (HIGH). (Remuez plusieurs fois en cours de cuisson.) **Préparation** 1. Faites cuire les pommes de terre au four Micro-ondes pendant 7-8 minutes en Haute puissance. Epluchez-les une fois cuites et coupez-les en rondelles. Salez et poivrez. 2. Mettez les oignons et le beurre dans un plat profond. Passez au micro-ondes pendant 2 minutes à température élevée (HIGH). 3. Couvrez le fond d'un plat à gratin avec un tiers de la sauce blanche. Ajoutez les pommes de terre, les oignons et le lard. Couvrez avec le reste de la sauce blanche. 4. Parsemez de mozzarella. Posez la préparation sur la grille basse, au-dessus du plateau en métal. Après la cuisson, laissez reposer de 2 à 3 minutes.

Fonction	*Catégorie*	*Poids Limite*	*Ustensile*	*Température de l'aliment*	*Instructions*
Cuisson Automatique	**PIZZA MAISON (Ac 10)**	0,7 ~ 1,0kg	Plateau métallique sur la grille inférieure	Temp. ambiante	**Pizza à la Tomate**

Pâte	1.0 kg	0.7 kg
Levure sèche(g)	6	4
Farine de blé(g)	280	200
Eau, tiède(ml)	140	100
Sucre(g)	5	5
Sel(g)	3	3
Huile Végétale (cuillère à soupe)	2	1 1/2

Autres	1.0 kg	0.7 kg
Purée de Tomate (cuillère à soupe)	4	3
Tomates en boîte(g)	250	180
Saucisse en rondelles(g)	40	30
Jambon, pre-cuit(g)	70	50
Fromage mozzarella râpée (g)	150	100

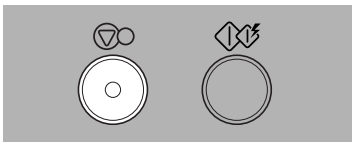
1. Mélangez la farine, la levure, le sucre, le sel et l´eau tiède.
2. Ajoutez l´huile et pétrissez bien la pâte. Laissez-la reposer 15 ~ 25 minutes en Convection 40°C Avant de finir, pétrissez encore une fois.
3. Egouttez le jus des tomates en boîte.
4. Graissez le plateau métallique avec de l´huile. Etendez la pâte sur le plateau métallique. Et à l´aide d´ une fourchette, faites de petits trous sur la superficie de la pâte.
5. Ajoutez la purée de tomate et les tomates en boîte.
6. Ajoutez les autres ingrédients à la pizza.
7. Parsemez le fromage mozzarella râpée sur la pizza.
8. Choisissez le menu et appuyez sur la touche Commencer sans le plat dedans.
9. Le four fera BIP à la fin de la période de préchauffage.
   Ouvrez la porte et mettez le plat préparé sur la grille inférieure sur le plateau en verre tournant. Appuyez sur la touche Commencer pour continuer à cuire.
10. Après la cuisson, retirez le plat du four et servez-le.

Fonction	*Catégorie*	*Poids Limite*	*Ustensile*	*Température de l'aliment*	*Instructions*
Cuisson Automatique	**CAKE (Ac 11)**	0,5kg	Grille inférieure (moule 9x9x2 pouces)	Temp. ambiante	**Génoise** 4 oeufs 123g sucre 3g sel 2 cuillères à soupe de beurre ou de margarine fondue 118g farine de blé 1 cuillère à café de vanille 1. Beurrez un moule à gâteau de 9x9x2-pouces. Placez-le à part. Mélangez la farine ensemble. Placez-la à part. 2. Battez les œufs dans un bol à l´aide d´un mixeur électrique à vitesse maximale 4 minutes à peu près ou jusqu´à ce que la préparation soit ferme. Ajoutez doucement le sucre, le sel, le beurre en battant à vitesse moyenne pendant 4 ou 5 minutes ou jusqu´à ce que la préparation devienne légère et souple. Ajoutez le mélange sec et battez à vitesse minimale afin de lier la préparation. 3. Versez la préparation dans le moule beurré. 4. Choisissez le menu et appuyez sur la touche Commencer sans la préparation. 5. Le four fera BIP à la fin de la période de préchauffement. Ouvrez la porte et mettez la préparation sur la grille inférieure sur le plateau en verre tournant. Appuyez sur la touche Commencer pour continuer à cuire. 6. Après la cuisson, retirez la préparation du four et laissez-la reposer.
	PAIN (Ac 12)	0,5kg	Grille inférieure (moule 9x5 pouces)	Temp. ambiante	**Pain blanc** 275g farine concentrée 5g levure 30g sucre 1/2 blanc d´oeuf 1/2 jaune d´oeuf 2g sel 35g eau tiède 95g lait tiède 25g beurre, sans fondre 1. Mélangez tous les ingrédients dans un grand bol. Pétrissez la pâte à l´aide du mixeur électrique jusqu´à ce qu´elle soit souple et élastique. Formez une boule. Mettez-la dans un bol beurré. Couvrez-la. 2. Constater que la pâte double son volume (30 à 60 minutes environ) en Convection 40°C. 3. À l´aide d´une fourchette, percez la pâte pour qu´elle diminue son volume. Pétrissez-la à nouveau et formez un ovale. 4. Mettez-la dans un moule à pain apte pour cuire au four à micro-ondes (9x5 pouces). Chauffez comme avant jusqu´à ce qu´elle lève. 5. Choisissez le menu et appuyez sur la touche Commencer sans la pâte. 6. Le four fera BIP à la fin de la période de préchauffement. Ouvrez la porte et placez la préparation sur la grille inférieure sur le plateau en verre tournant. Appuyez sur la touche Commencer pour continuer à cuire. 7. Après la cuisson, retirez le pain du four et laissez-le reposer.

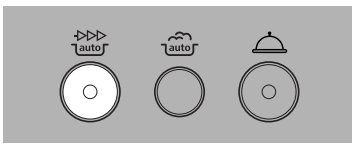
CUISSON RAPIDE vous permet de cuire rapidement la plupart de vos plats préférés en choisissant le type de repas et le poids du repas.

Catégorie	*Cuisson Rapide*
PIZZA SURGELEE	**Sc 1**
FRITES	**Sc 2**
SAUCISSE	**Sc 3**
BROCHETTES	**Sc 4**
ROTI DE BCEUF	**Sc 5**
ROTI DE PORC	**Sc 6**
POULET ENTIER	**Sc 7**
CUISSE DE POULET	**Sc 8**

1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**

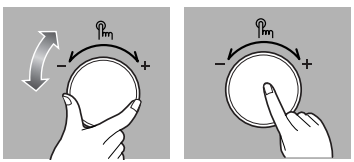


2 Appuyez sur **CUISSON RAPIDE .**



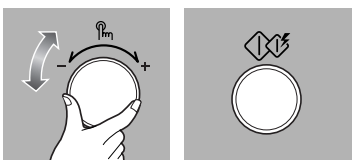
3 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher “Sc 1” à l’écran.

Appuyez sur le **BOUTON** pour confirmer la Catégorie.



4 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher “0.4kg” à l’écran.

Appuyez sur **DÉPART.**



GUIDE DE VITESSE DE CUISSON

Fonction	*Catégorie*	*Poids Limite*	*Ustensile*	*Temp. Alim.*	*Instructions*
Cuisson Rapide	**PIZZA SURGELEE (Sc 1)**	0.1 ~ 0.5kg	Grille inférieure	Réfrigérée	Cette fonction sert à cuire de la pizza surgelée. Enlevez tout emballage et mettez-la sur la grille inférieure. Après la cuisson, laissez-la reposer.
	FRITES (Sc 2)	0.2 ~ 0.4kg	Plateau métallique sur la grille supérieure	Réfrigérée	Distribuez les frites surgelées sur le plateau métallique sur la grille supérieure. Afin d´obtenir de meilleurs, en cuire une seule couche à la fois. Après la cuisson, retirez-les du four et laissez-les reposer.
	SAUCISSE (Sc 3)	0.1 ~ 0.5kg	Grille supérieure	Réfrigérée	Enlevez tout conditionnement. Coupez à peine sur la superficie. Mettez le plat sur la grille supérieure. Le four fera BIP, tournez le plat et appuyez sur la touche Commencer pour continuer. Une fois cuit, retirez-le du four. Et servez-le.
	BROCHETTES (Sc 4)	0.2 ~ 0.8kg	Grille supérieure	Réfrigérée	**Brochettes de viande** 600g de viande — 1 gros oignon 2 cuillères à soupe d´huile d´olive — Sel, Poivre Coupez la viande en petits morceaux identiques. Râpez l´oignon et séparez le jus. Mélangez le jus de l´oignon avec l´huile d´olive. Ensuite, couvrez les morceaux de viande avec l´huile d´olive et le jus d´oignon et laissez-les 3 ~ 4 heures. Enfilez les morceaux de viande dans les broches en bois. Contrôlez s´ils sont embrochés juste au centre. Placez les broches sur la grille supérieure. Le four fera BIP, tournez le plat et appuyez sur la touche Commencer pour continuer. Une fois cuit, retirez du four. **Brochettes de poulet** 600 g Morceaux de poulet — 1 gros oignon 2 Cuillères à soupe d´huile d´olive — 2 Cuillères à soupe de safran Sel Couvrez les morceaux de poulet avec le jus de l´oignon, le safran et l´huile d´olive et laissez-les 3 ~ 4 heures. Enfilez les morceaux de poulet dans les broches en bois. Contrôlez s´ils sont embrochés juste au centre. Placez les broches sur la grille supérieure. Le four fera BIP, tournez le plat et appuyez sur la touche Commencer pour continuer. Une fois cuit, retirez-les du four.

GUIDE DE VITESSE DE CUISSON

Fonction	*Catégorie*	*Poids Limite*	*Ustensile*	*Temp. Alim.*	*Instructions*
Cuisson Rapide	**ROTI DE BCEUF (Sc 5)**	0.5 ~ 1.5kg	Grille inférieure sur le plateau métallique	Réfrigérée	Peindre à l´aide d´un pinceau la viande avec de la margarine ou du beurre fondu. Placez-la sur la grille inférieure sur le plateau métallique. Le four fera BIP, tournez le plat et appuyez sur la touche Commencer pour continuer Une fois cuite, laissez-la reposer couverte avec une feuille aluminium pendant 10 minutes avant de servir.
	ROTI DE PORC (Sc 6)	0.5 ~ 1.5kg	Grille inférieure sur le plateau métallique	Réfrigérée	Ôtez la graisse du porc. Peindre à l´aide d´un pinceau le porc avec de la margarine ou du beurre fondu. Mettez-le sur la grille inférieure sur le plateau métallique. Le four fera BIP, tournez le plat et appuyez sur la touche Commencer pour continuer. Une fois cuit, laissez-le reposer couvert avec une feuille aluminium pendant 10 minutes avant de servir.
	POULET ENTIER (Sc 7)	0.8 ~ 1.5kg	Grille inférieure sur le plateau métallique	Réfrigérée	Lavez et séchez la peau du poulet. Peindre à láide d´un pinceau le poulet avec de la margarine ou du beurre fondu. Mettez la partie du blanc de poulet vers le bas sur la grille inférieure sur le plateau métallique. Le four fera BIP, tournez le plat et appuyez sur la touche Commencer pour continuer. Une fois cuit, laissez-le reposer couvert avec une feuille aluminium pendant 10 minutes avant de servir.
	CUISSE DE POULET (Sc 8)	0.2 ~ 0.8kg	Grille supérieure sur le plateau métallique	Réfrigérée	Lavez et séchez la peau. Percez la peau. Peignez à l´aide d´un pinceau les cuisses du poulet avec de la margarine ou du beurre fondu. Mettez sur la grille supérieure sur le plateau métallique. Le four fera BIP, tournez les cuisses du poulet et appuyez sur la touche Commencer pour continuer. Une fois cuit, laissez-les reposer couvertes avec une feuille aluminium pendant 2 ~ 5 minutes.

Cuisson à la Vapeur du Chef

L´exemple suivant vous montre comment cuire 0.6 kg de CRUSTACE.

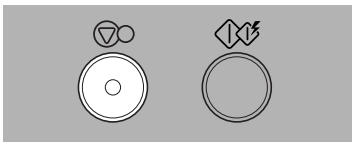
Cette fonction vous permettra de cuire à la vapeur.

PRÉCAUTION:

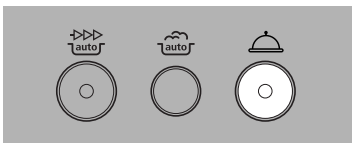
1. **Utilisez toujours des gants de cuisine chaque fois que vous défournez l´UNITÉ DE CUISSON À LA VAPEUR. Elle est très chaude.**
2. **Ne placez pas une UNITÉ DE CUISSON À LA VAPEUR chaude sur une table en verre ou sur une surface pouvant fondre après la cuisson. Assurez-vous d´utiliser toujours une manique ou un plateau.**
3. **Lors de l'utilisation de l'Unité de Cuisson à la Vapeur, versez au moins 400 ml d'eau avant de l'utiliser. Si la quantité d'eau utilisée est inférieure à 400 ml, cela peut avoir comme résultat une cuisson incomplète ou provoquer un incendie ou un dommage très grave du produit.**
4. **Faites très attention quand vous manipulez l´UNITÉ DE CUISSON À LA VAPEUR ayant de l´eau dedans.**
5. **Lorsque vous utilisez l´UNITÉ DE CUISSON À LA VAPEUR, le couvercle et le bol devront être placés parfaitement. Les oeufs ou les châtaignes exploseront si vous ne mettez pas le couvercle et le bol.**
6. **N'utilisez jamais l'Unité de Cuisson à la Vapeur avec un produit d'un modèle différent. Cela peut provoquer un incendie ou un dommage très grave du produit.**

Catégorie	*Cuisson à la Vapeur du Chef*
FRUITS DE MER A LA VAPEUR	**St 1**
VIANDE A LA VAPEUR	**St 2**
VOLAILLE A LA VAPEUR	**St 3**
LEGUME A LA VAPEUR	**St 4**
FRUIT A LA VAPEUR	**St 5**

1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**

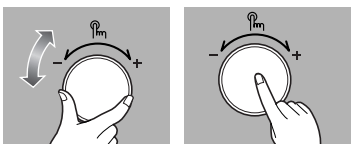


2 Appuyez sur **VAPEUR DU CHEF.**



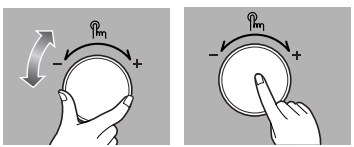
3 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "St 1" à l'écran.

Appuyez sur le **BOUTON** pour confirmer la Catégorie.



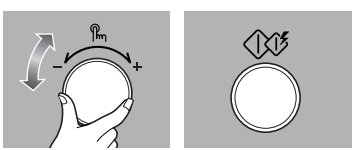
4 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "1" à l'écran.

Appuyez sur le **BOUTON** pour confirmer la Catégorie.



5 Tournez le **BOUTON** de sélection pour afficher "0.6kg" à l'écran.

Appuyez sur **DÉPART.**



GUIDE DU CHEF DE LA CUISSON À LA VAPEUR

Catégorie	*Aliment*	*Poids maxi*	*Ustensile*	*Temp. Alim.*	*Instructions*
FRUITS DE MER A LA VAPEUR (St 1)	**CRUSTACE**	0.1 ~ 1.0kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Réfrigérée Eau:400ml Ambiante	Nettoyez les fruits de mer. Versez 400ml d´eau courante dans un bol apte pour cuire à la vapeur. Mettez le plat dans le bol. Mettez le plat préparé sur l´assiette. Couvrez avec le couvercle. Placez le bol au centre du plateau en verre. Après avoir cuit à la vapeur, laissez reposer 3 ~ 5 minutes dans le four. – crevette, crabe, clovisse, moule, mollusque. (de moins de 25cm de longueur)
	POISSON ENTIER	0.1 ~ 0.6kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Réfrigérée Eau:400ml Ambiante	Identiques à celles ci-dessus. – de moins de 25cm de longueur et de 3cm de largeur
	FILET DE POISSON	0.1 ~ 0.6kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Réfrigérée Eau:400ml Ambiante	Identiques à celles ci-dessus. Afin d´obtenir de meilleurs, en cuire une seule couche à la fois. – moins de 2.5cm (1 pouce) de largeur.
	STEACK DE POISSON	0.2 ~ 0.6kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Réfrigérée Eau:400ml Ambiante	Identiques à celles ci-dessus. Afin d´obtenir de meilleurs résultats, en cuire une seule couche à la fois. – moins de 2.5cm (1 pouce) de largeur.
VIANDE A LA VAPEUR (St 2)	**SAUCISSE**	0.1 ~ 0.6kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Réfrigérée Eau:400ml Ambiante	Préparez la viande. Versez 400ml d´eau dans le bol. Placez l´assiette dans le bol. Mettez la viande préparée sur l´assiette. Couvrez avec le couvercle. Placez le bol au centre du plateau en verre. Après avoir fini la cuisson à la vapeur, laissez reposer 3 ~ 5 minutes dans le four. – moins de 2.5cm (1 pouce) de largeur.
	JAMBON	0.1 ~ 0.6kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Réfrigérée Eau:400ml Ambiante	Identiques à celles ci-dessus.
	CORNED BEEF	0.3 ~ 0.7kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Réfrigérée Eau:400ml Ambiante	Préparez la viande et coupez-la à la moitié. Versez 400ml d´eau courante dans le bol. Mettez l´assiette dans le bol. Mettez la viande préparée sur l´assiette. Couvrez avec le couvercle. Placez le bol au centre du plateau en verre. Après avoir cuit à la vapeur, laissez reposer 5 ~ 10 minutes dans le four.

Catégorie	*Aliment*	*Poids maxi*	*Ustensile*	*Temp. Alim.*	*Instructions*
VOLAILLE A LA VAPEUR (St 3)	**BLANC DE POULET**	0.2 ~ 0.6kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Réfrigérée Eau:400ml Ambiante	Nettoyez le poulet. Versez 400ml d´eau courante dans le bol. Mettez l´assiette dans le bol. Placez le poulet préparé sur l´assiette. Couvrez avec le couvercle. Mettez le bol au centre du plateau en verre. Après la cuisson à la vapeur, laissez reposer 3 ~ 5 minutes au four. – moins de 2.5cm (1 pouce) de largeur.
	CUISSE DE POULET	0.2 ~ 0.8kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Réfrigérée Eau:400ml Ambiante	Identiques à celles-ci-dessus.
	POULET ENTIER	1.0 ~ 1.2kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Réfrigérée Eau:600ml Ambiante	Préparez le poulet entier. Liez ses pattes à l´aide d´un fil en coton. Versez 600ml d´eau courante dans le bol. Mettez l´assiette dans le bol. Placez le poulet préparé sur l´assiette. Couvrez avec le couvercle. Placez le bol au centre du plateau en verre. Après la cuisson à la vapeur, laissez reposer 5 ~ 10 minutes dans le four.
	OEUFS	2 ~ 9 œufs	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Réfrigérée Eau:400ml Ambiante	Versez 400ml d´eau courante dans le bol. Mettez l´assiette dans le bol. Mettez les œufs sur l´assiette. Couvrez avec le couvercle. Placez le bol au centre du plateau en verre. Après la cuisson à la vapeur, laissez reposer 5 ~ 10 minutes dans le four.

Catégorie	*Aliment*	*Poids maxi*	*Ustensile*	*Temp. Alim.*	*Instructions*
LEGUME A LA VAPEUR (St 4)	**CAROTTE**	0.2 ~ 0.8kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Ambiante Eau:400ml Ambiante	Lavez les légumes et coupez-les en petits morceaux identiques. Versez 400ml d´eau courante dans le bol. Mettez l´assiette dans le bol. Mettez les légumes sur l´assiette. Couvrez avec le couvercle. Placez le bol au centre du plateau en verre. Après la cuisson à la vapeur, laissez reposer 3 ~ 5 minutes dans le four.
	BROCOLI	0.2 ~ 0.6kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Ambiante Eau:400ml Ambiante	Identiques à celles-ci-dessus.
	CHOUX-FLEUR	0.2 ~ 0.6kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Ambiante Eau:400ml Ambiante	Identiques à celles-ci-dessus.
	COURGETTE	0.2 ~ 0.8kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Ambiante Eau:400ml Ambiante	Identiques à celles ci-dessus. Coupez-les en petits morceaux de la même taille.
	CHOUX	0.2 ~ 0.8kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Ambiante Eau:400ml Ambiante	Identiques à celles ci-dessus. Coupez-le en quatre morceaux.
	EPINARDS	0.1 ~ 0.3kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Ambiante Eau:400ml Ambiante	Identiques à celles-ci-dessus.
	TOMATE	0.2 ~ 0.8kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Ambiante Eau:400ml Ambiante	Identiques à celles-ci-dessus. – Coupez-les en petits morceaux ou à la moitié.

Catégorie	*Aliment*	*Poids maxi*	*Ustensile*	*Temp. Alim.*	*Instructions*
FRUIT A LA VAPEUR (St 5)	**POMME**	0.2 ~ 0.8kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Réfrigérée Eau:400ml Ambiante	Lavez, épluchez et ôtez les pépins des fruits. Retirez le noyau si nécessaire et coupez en tranches fines. Versez 400ml d´eau courante dans le bol. Introduisez l´assiette dans le bol. Mettez le fruit sur l´assiette. Couvrez avec le couvercle. Placez le bol au centre du plateau en verre. Après la cuisson à la vapeur, laissez reposer 3 ~ 5 minutes dans le four.
	POIRE	0.2 ~ 0.8kg	Bol apte vapeur Assiette apte vapeur Couvercle apte vapeur	Ambiante Eau:400ml Ambiante	Identiques à celles ci-dessus.

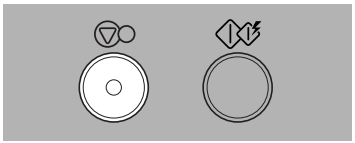
La température et la densité des aliments varient. Il est recommandé de bien vérifier l'état des aliments avant de commencer la cuisson. Soyez particulièrement vigilant concernant les gros morceaux de viande ou de volaille. Certains aliments n'ont pas besoin d'être complètement décongelé avant la cuisson. Par exemple, la cuisson du poisson est si rapide qu'il est parfois préférable de commencer la cuisson sans procéder à une décongélation complète. Le programme PAIN convient pour décongeler des aliments de petite taille comme un petit pain ou une tranche. De tels aliments nécessitent un certain temps de repos pour que le centre soit bien décongelé. L'exemple ci-dessous vous montre comment décongeler 1,4 kg de volaille surgelée.

Décongélation Automatique

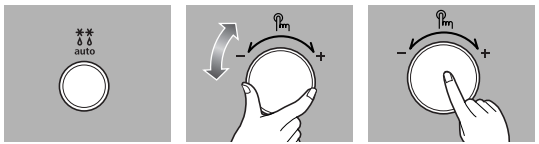
Votre four possède quatre positions de décongélation:
VIANDE, VOLAILLE, POISSON, PAIN, car chaque catégorie de décongélation correspond à une puissance différente.

Catégorie	*Décongélation Automatique*
VIANDE	**dEF1**
VOLAILLE	**dEF2**
POISSON	**dEF3**
PAIN	**dEF4**

1 Appuyez sur **ARRET/ANNULER.**
Pesez l'aliment à décongeler. Enlevez tout fil ou emballage métallique, puis mettez le dans le four et refermez la porte.

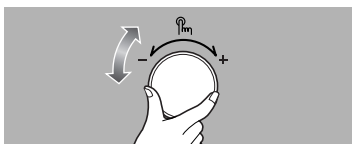


2 Appuyez sur **DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE.**
Sélectionnez le programme de décongélation **VOLAILLE.**
"dEF2" s'affiche sur l'écran.
Appuyez sur **DÉPART** pour confirmer la puissance.

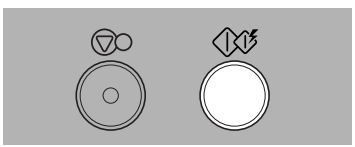


3 Affichez le poids de la volaille à décongeler.

Sélectionnez "1.4kg" à l'aide du **BOUTON.**



4 Appuyez sur **DÉPART.**



Pendant la décongélation, votre four émettra un "BIP". Ouvrez alors la porte du four, retournez la volaille et étalez les morceaux afin d'assurer une décongélation uniforme. Retirez les parties déjà décongelées ou protégez-les pour ne pas qu'elles commencent à cuire. Après avoir effectué cette opération, refermez la porte du four et appuyez sur **DÉPART** pour reprendre la décongélation.
Le processus de décongélation continu (même lorsque le « bip » retentit) tant que vous n'ouvrez pas la porte.

GUIDE DE DECONGELATION

* La nourriture à décongeler doit se trouver dans un récipient adapté au micro-ondes et être placée, sans couvercle, sur le plateau tournant en verre.
* Au besoin, protégez les morceaux plus petits de viande ou de volaille avec des feuilles de papier aluminium. De cette manière, ces pièces ne se réchaufferont pas pendant la décongélation. Veillez à ce que la feuille en aluminium ne touche pas les parois du four.
* Etalez les aliments tels que viande hachée, côtelettes, saucisses et tranches de lard dès que leur état de décongélation le permet. Lorsque le "bip" retentit, retournez les aliments. Sortez les pièces décongelées. Laissez décongeler les pièces restantes. Après la décongélation, laissez reposer les aliments pour que la décongélation soit complète.
* Lorsque vous entendez BIP, retirez le plat du four à micro-ondes, retirez ce qui est haché et mettez-le sur une assiette, couvrez-le et placez-le à part. Tournez le plat et remettez-le dans le four à micro-ondes. Appuyez sur la touche Commencer pour continuer. A la fin du programme, retirez le plat du four à micro-ondes, couvrez-le avec une feuille aluminium et laissez-le jusqu´à ce qu´il soit complètement décongélé. Pour décongéler totalement, par exemple les articulations de la viande et des poulets entiers, ils devront RESTER en dehors du frigo au moins 1 heure avant de les cuire.

Catégorie	*Limite de poids*	*Ustensile*	*Aliments*
VIANDE **(dEF1)** **VOLAILLE** **(dEF2)** **POISSON** **(dEF3)**	0,1 ~ 4,0 kg	Accessoires pour micro-ondes (assiette plate)	**Viande** Boeuf haché, filet de boeuf, cubes pour ragoût, bifteck, rôti braisé, culotte de boeuf, Carré de Porc Côtelettes de porc, côtelettes d'agneau, rouleau de viande, saucisse, côtelettes (2cm) Retournez les aliments lorsque le "bip" retentit. Après la décongélation, laissez reposer de 5 à 15 minutes. **Volaille** Poulet entier, cuisses, poitrines, poitrines de dinde (moins de 2 kg) Retournez les aliments lorsque le "bip" retentit. Après la décongélation, laissez reposer de 20 à 30 minutes. **Poisson** Filets, steaks, poisson entier, fruits de mer Retournez les aliments lorsque le "bip" retentit. Après la décongélation, laissez reposer de 10 à 20 minutes.
PAIN **(dEF4)**	0,1 ~ 0,5 kg	Serviette en papier ou assiette plate	Tranches de pain, Brioches, Baguette, etc. Séparez les tranches et placez-les entre des serviettes en papier ou sur une assiette. Tournez-les lorsque vous entendez le “bip”. Après la décongélation, laissez-les 1 ~ 2 minutes.

La cuisson ou le réchauffage d'aliments au micro-ondes nécessite de suivre quelques précautions: déterminer le poids des aliments, les disposer de façon homogène. Les produits conservés à température ambiante cuiront plus rapidement que ceux réfrigérés. Les aliments en conserve doivent être disposés dans un plat adapté à l'utilisation en micro-ondes. Il est préférable de couvrir les aliments à l'aide d' un film plastique ou d'un couvercle adapté. Otez ces couvercles avec précautions car il peut se dégager de la vapeur pouvant provoquer des brûlures. Pour vous guider, référez vous au tableau suivant :

Guide de cuisson ou réchauffage :

Aliments	***Temps de Cuisson (Minutes/à MAXIMUM)***	***Instructions spéciales***
Viande hachée 3 tranches (0,5 cm d'épaisseur)	1~2 minutes	Placez la viande hachée sur une assiette résistant aux micro-ondes. Recouvrez de film plastique percé d'un trou. • Remarque : Une sauce contribue à garder la viande juteuse.
Poulet 1 poitrine 1 pilon et haut de cuisse	1 1/2~2 minutes 2~3 1/2 minutes	Placez les morceaux de poulet sur une assiette résistant aux micro-ondes. Recouvrez de film plastique percé d'un trou.
Filet de poisson (170-230g)	1~2 minutes	Placez le poisson sur une assiette résistant aux micro-ondes. Recouvrez de film plastique percé d'un trou.
Lasagne 1 portion (300 g)	4~6 minutes	Placez la lasagne sur une assiette résistant aux micro-ondes. Recouvrez de film plastique percé d'un trou.
Plat mijoté 1 tasse 4 tasses	1 1/2~3 minutes 4 1/2~7minutes	Cuisez à couvert dans un plat de cuisson résistant aux micro-ondes. Mélangez une fois à mi-cuisson.
Plat mijoté Crème ou fromage 1 tasse 4 tasses	1~2 1/2 minutes 3 1/2~6 minutes	Cuisez à couvert dans un plat de cuisson résistant aux micro-ondes. Mélangez une fois à mi-cuisson. Réchauffez la garniture et le pain séparément.
Purée de pommes de terre 350g	5 ~ 7 minutes (à 600W)	Cuisez à couvert dans un plat de cuisson résistant aux micro-ondes. Mélangez une fois à mi-cuisson.

Aliments	***Temps de Cuisson (Minutes/à MAXIMUM)***	***Instructions spéciales***
Haricots blancs cuisinés 1 tasse	1 1/2~2 1/2 minutes	Cuisez à couvert dans un plat de cuisson résistant aux micro-ondes. Mélangez une fois à mi-cuisson.
Raviolis ou pâtes en sauce 1 tasse 4 tasses	1 1/2~3 minutes 6 1/2~9 minutes	Cuisez à couvert dans un plat de cuisson résistant aux micro-ondes. Mélangez une fois à mi-cuisson.
Riz 1 tasse 4 tasses	1~1 1/2 minutes 2 1/2~4 minutes	Cuisez à couvert dans un plat de cuisson résistant aux micro-ondes. Mélangez une fois à mi-cuisson.
Sandwich ou petit pain 1 petit pain	15~30 seconds	Emballez-les de papier absorbant avant de les placer sur le plateau en verre.
Légumes 1 tasse 4 tasses	1 1/2~2 1/2 minutes 4~6 minutes	Cuisez à couvert dans un plat de cuisson résistant aux micro-ondes. Mélangez une fois à mi-cuisson.
Soupe 1 portion (250 g)	1 1/2~2 minutes	Cuisez à couvert dans un plat de cuisson résistant aux micro-ondes. Mélangez une fois à mi-cuisson.
Plat préparé(1 plat) Viande 125g, Purée de pommes de terre 150g Carotte, cuite 150g	9 ~ 14 minutes (à 600W)	CUISSON couverte sur assiette apte pour cuire au four à micro-ondes.

Legumes Frais
Guide

Légumes	*Quantité*	*Temps de Cuisson (Minutes/à MAXIMUM)*	*Instructions*
Artichauts (230 g pièce)	2 moyens 4 moyens	4 1/2 ~ 7 10 ~ 12	Nettoyez. Ajoutez 2 c.à s. d'eau et 2 c.à s. de jus de citron. Couvrez. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Asperges, Fraîches, Pointes	450g	3 ~ 6	Ajoutez 1 tasse d'eau. Couvrez. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Haricots verts	450g	6 ~ 10	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans un plat à mijoter de 1,5 litres. Mélangez à mi-cuisson. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Fèves, Fraîches	450g	10 ~ 14	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans un plat à mijoter couvert de 1,5 litres. Réarrangez à mi-cuisson. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Brocolis, Frais, Bouquets	300g	3 1/2 ~ 4	Placez le brocoli dans un plat de cuisson. Ajoutez 1/4 tasse d'eau. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Chou, Frais, Emincé	450g	7 ~ 9	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans un plat à mijoter couvert de 1,5 litres. Mélangez à mi-cuisson. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Carottes, Fraîches, En rondelles	200g	2 ~ 3	Ajoutez 1/4 tasse d'eau dans un plat à mijoter couvert de 1,5 litres. Mélangez à mi-cuisson. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Chou-fleur, Frais, Entier	450g	5 ~ 7	Nettoyez. Ajoutez 1/4 tasse d'eau dans un plat à mijoter couvert de 1,5 litres. Mélangez à mi-cuisson. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.

Légumes	*Quantité*	*Temps de Cuisson (Minutes/à MAXIMUM)*	*Instructions*
Champignons, Frais, Emincés	230g	1 1/2 ~ 2 1/2	Placez les champignons dans un plat à mijoter couvert de 1,5 litres. Mélangez à mi-cuisson. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Petits pois, Frais	4 tasses	6 ~ 9	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans un plat à mijoter couvert de 1,5 litres. Mélangez à mi-cuisson. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Patates douces Cuisson en entier (170 ~230 g chacune)	2 moyens 4 moyens	5 ~ 9 9~ 13	Piquez plusieurs fois les patates avec une fourchette. Placez-les sur 2 feuilles de papier absorbant. Retournez-les à mi-cuisson. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Pommes de terre, Cuisson en entier (170 ~230 g chacune)	2 patates 4 patates	5 1/2 ~ 7 1/2 9 1/2 ~ 14	Piquez plusieurs fois les pommes de terre avec une fourchette. Placez-les sur 2 feuilles de papier absorbant. Retournez-les à mi-cuisson. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Epinards, Frais, Branches	450g	6 ~ 8	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans un plat à mijoter couvert de 2 litres. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Courgettes, Fraîches, Tranchées	450g 450g	4 1/2 ~ 7 1/2	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans un plat à mijoter couvert de 1,5 litres. Mélangez à mi-cuisson. Laissez reposer 2 ~ 3 minutes.
Courgettes, Fraîches, Entières		6 ~ 9	Percez. Placez sur 2 feuilles de papier absorbant. Retournez et réarrangez à mi-cuisson.

Guide de Décongélation

Conseils et techniques pour décongéler des viandes

Vous pouvez décongéler des viandes dans leur emballage d'origine à condition qu´ils ne comportent pas de métal. Enlevez tous les anneaux métalliques, les ligatures tournantes, les fils en fer ou aluminium. Mettez la viande sur une assiette apte pour cuire au four à micro-ondes afin de collecter les jus. Décongélez de la viande selon votre besoin. Séparez les éléments tels que côtelettes, saucisses et lard le plus vite possible. Retirez les pièces décongélées et continuez à décongéler les piéces restantes. Lorsque vous pouvez enfoncer doucement une fourchette dans les pièces entières, elles sont prêtes pour les laisser reposer. Le centre sera encore froid, laissez reposer jusqu´à ce qu´il soit totalement décongélé.

Aliment	*Quantité*	*Temps de Décongélation (Minutes)*	*Temps de Repos (Minutes)*	*Instructions*
VIANDE DE BOEUF				Enlevez l´emballage de la viande. Mettez la viande congelée sur une assiette apte pour cuire au four à micro-ondes. Décongélez à 30% du niveau de puissance. Tournez la viande à la mi-décongélation. (Retirez les morceaux décongélés à ce moment-là).
Viande Hachée	500g	6 ~ 8	5 ~ 10	
Côtelette, pointe de surlonge	500g	4 ~ 6	5 ~ 10	
Entrecôte grillé (desossé)	1 000g	12 ~ 15	10 ~ 15	
PORC				
Haché	500g	6 ~ 8	5 ~ 10	
Côtelettes	500g	4 ~ 6	5 ~ 10	
Entrecôte grillé (desossé)	500g	12 ~ 15	5 ~ 10	
VOLAILLE				
Poulet entier	1 000g	16 ~ 19	10 ~ 15	
Blancs de poulet	450g	5 ~ 7	5 ~ 10	
Cuisses	450g	8 ~ 9	5 ~ 10	
Ailes	450g	6 ~ 8	5 ~ 10	
POISSON ET FRUITS DE MER				
Poisson entier	450g	6 ~ 8	5 ~ 10	
Filets de poisson	500g	7 ~ 9	5 ~ 10	
crevette	250g	4 ~ 6	5 ~ 10	

Gril
Guide

1) Instructions pour griller la viande.
Otez l'excédent de gras autour de la viande pour éviter qu'elle ne se rétracte.
Placez sur la grille badigeonnée d'un corps gras.
A mi-cuisson, retournez la viande

Catégorie d'aliments	*Poids*	*Temps de Cuisson (Minutes/à MAXIMUM)*	*Instructions*
Steak haché	50g x 2 100g x 2	13-16 19-23	Badigeonner d'un corps gras. Les éléments minces devront être placés sur la grille supérieure. Placez les petites pièces de préférence sur la clayette. Les grosses pièces peuvent être placées dans un plat. Tournez à mi-cuisson.
Steak (2,5cm d'épaisseur) Saignant A point Bien cuit	 230g x 2 230g x 2 230g x 2	 18-20 22-24 26-28	
Côtes de porc (2,5cm d'épaisseur)	 230g x 2	 27-32	
Côtes d'agneau (2,5cm d'épaisseur)	 230g x 2	 25-32	
Saucisses (2,5cm d'épaisseur)	 230g x 2	 13-16	Tournez fréquemment.

2) Instructions pour griller le poisson ou les crustacés
Placez le poisson ou les crustacés sur la clayette. Le poisson entier doit être vidé et coupé sur les flancs. Badigeonnez le poisson ou les crustacés avec un corps gras avant la cuisson. Renouvelez l'opération en cours de cuisson pour éviter que le poisson ne se dessèche. Respectez les temps de cuisson indiqués dans le tableau. Retournez le poisson entier ou en filet à mi-cuisson.

Catégorie d'aliments	*Poids*	*Temps de Cuisson (Minutes/à MAXIMUM)*	*Instructions*
Poisson, filet 1cm d'épaisseur 1,5cm d'épaisseur	 230g 230g	 13-16 19-23	Badigeonnez d'un corps gras et tournez à mi-cuisson.
Steak de poisson (2,5cm d'épaisseur)	 230g	 20-25	
Poisson entier	225-350 g 400g	20-25 25-35	Prévoir plus de temps pour les poissons gras et épais.
Escalope Crevettes fraîches	450g 450g	18-22 18-22	Arroser pendant la cuisson.

Convection
Guide de Cuisson

Préchauffer le four à la température désirée. Respectez les périodes de temps et les instructions établies sur le tableau.
Après la cuisson, le four restera très CHAUD. UTILISEZ DES GANTS À FOUR.

Aliment	*Quantité*	*Convection Température*	*Temps de Cuisson (Minutes)*	*Instructions*
Muffins (pâte fraîche)	6 unités (60g chacune)	200°C	20 ~ 25	Préparez la pâte. Placez–la sur la grille inférieure. Laissez reposer pendant 5 minutes.
Boules de Pain (déjà cuites)	4 unités (50g chacune)	180°C+100W (sans préchauffage)	8 ~ 10	Placez les boules sur la grille inférieure. Laissez reposer pendant 3 minutes.
Pain blanc (Pâte fraîche)	1 unité (environ 500 ~ 750g)	200°C	20 ~ 50 ou jusqu'à ce que ce soit dorée	Préparez la pâte. Placez-la sur la grille inférieure. Laissez reposer pendant 10 minutes.
Gâteau (Pâte fraîche)	1 unité (450 ~ 500g)	180°C	25 ~ 40	Préparez la pâte. Placez-la dans un moule métallique rond de 8 pouces de diamètre. Placez-le sur la grille inférieure. Laissez reposer pendant 10 minutes.
Gâteau aux fruits	1 unité (1 000 ~ 1 200g)	160°C+200W	40 ~ 60	Préparez la pâte. Placez-la dans un moule métallique rond de 8 ou 9 pouces de diamètre. Placez-le sur la grille inférieure. Mettez-le au four. Pour vérifier le point de cuisson, introduisez un couteau dans le gâteau, si le couteau en sort sans miettes, le gâteau est cuit. Laissez reposer pendant 10 minutes.
Pizza fraîche	1 unité (environ 1 000g)	200°C	25 ~ 40	Préparez la pizza. Placez-la sur la grille inférieure. Laissez reposer pendant 2 minutes.
Pizza congelée	400g	220°C	18 ~ 25	Retirez l'emballage. Placez-la sur la grille inférieure. Laissez reposer pendant 2 minutes.

Aliment	*Quantité*	*Convection Température*	*Temps de Cuisson (Minutes)*	*Instructions*
Nourriture congelée déjà préparée (macaronis au fromage)	300g	200°C+400W (SANS PRÉCHAUFFAGE)	18 ~ 25	Placez-la sur une assiette apte pour la chaleur et d'une taille appropriée. Placez-la sur la grille inférieure. Laissez reposer pendant 2-3 minutes.
Rouleau de printemps congelé	300g	230°C	35 ~ 50	Peindre la surface avec de l'huile végétale. Placez les rouleaux de printemps l'un à côté de l'autre sur la grille inférieure. Laissez reposer pendant 1-2 minutes.
Gratin de pommes de terre	1 000g	140°C+600W (SANS PRÉCHAUFFAGE)	14 ~ 18	Préparez le gratin de pommes de terre. Placez-le sur la grille inférieure. Laissez reposer pendant 2-3 minutes.
Rosbif	1 000g	160°C+600W (SANS PRÉCHAUFFAGE)	30 ~ 45	Placez-le sur la grille inférieure. Tournez la viande une fois écoulée la moitié du temps de cuisson. Laissez reposer pendant 10-15 minutes couvercle mis.
Agneau rôti	1 000g	160°C+600W (SANS PRÉCHAUFFAGE)	34 ~ 48	Placez-le sur la grille inférieure. Tournez la viande une fois écoulée la moitié du temps de cuisson. Laissez reposer pendant 10-15 minutes couvercle mis.
Porc rôti	1 000g	200°C+600W (SANS PRÉCHAUFFAGE)	35 ~ 50	Placez-le sur la grille inférieure. Tournez la viande une fois écoulée la moitié du temps de cuisson. Laissez reposer pendant 10-15 minutes couvercle mis.
Poulet rôti	1 000g	200°C+600W (SANS PRÉCHAUFFAGE)	32 ~ 47	Placez-le sur la grille inférieure. Tournez la viande une fois écoulée la moitié du temps de cuisson. Laissez reposer pendant 2-5 minutes couvercle mis.

Guide pour Cuire avec le Plateau Métallique (Crisping Plateau)

Préchauffez le plateau à grillades sur le plateau en verre à 100%. Ne placez pas le plateau à grillades sur la grille supérieure ou inférieure.
Respectez les temps et les instructions du tableau ci-dessous. Après la cuisson, le gril et le four seront très **CHAUDS. UTILISEZ DES GANTS.**

Aliment	*Quantité*	*Temps de Préchauffement*	*Mode de Cuisson*	*Temps de Cuisson (Minutes)*	*Instructions*
Pizza Congelée	400g	3	M/W 1 000W Gril + M/W 200W	5 8 ~ 11	Préchauffer le plateau à grillades. Mettez-y la pizza.
Omelette	3 oeufs	3	Gril + M/W 400W	7 ~ 8	Battre 3 oeufs, 2 cuillères à soupe de lait et des épices. Mélanger bien. Couper la tomate en petits dés. Mettez-la à part. Préchauffer le plateau grilleur. Mettez la tomate préparée sur le plateau grilleur. Ajouter le mélange des œufs et un peu de fromage ràpé dessus.
Lard	2 tranches	3	Gril + M/W 600W	1 ~ 1 1/2	Préchauffer le plateau à grillades. Mettez-y le lard.
Tomate au gril	4 unités (400g)	3	Gril + M/W 200W	7 ~ 8	Coupez les tomates à la moitié. Mettez-les à part. Préchauffer le plateau à grillades. Mettez les tomates sur le plateau à grillade set ajouter un peu de fromage au-dessus.
Oeuf(s) Frits (au miroir)	1 2	3 (5ml huile)	Gril + M/W 600W	1/2 ~ 1 1 1/2 ~ 2	Beurrer le plateau et préchauffer le plateau à grillades. Mettez l´oeuf(s)
Stir Fry Légumes	125g 250g	3 (5ml huile)	Gril + M/W 600W	4 ~ 5 5 ~ 6	Beurrer le plateau et préchauffer le plateau à grillades. Couper les légumes en petits morceaux, de la taille d´une bouchée. Mettez les légumes sur le plateau à grillades. Mélanger avant la cuisson afin qu´elles soient couvertes d´huile. Mélanger une fois pendant la cuisson.

Aliment	*Quantité*	*Temps de Préchauffement*	*Mode de Cuisson*	*Temps de Cuisson (Minutes)*	*Instructions*
Pommes de terre en rondelles Congelées	300g	3	Gril + M/W 200W	15 ~ 24	Préchauffer le plateau à grillades. Mettez-y les pommes de terre en rondelles congelées. Tournez-les à la mi cuisson.
	300g	–	M/W 1 000W	15 ~ 17	Mettre les pommes de terre en rondelles congelées sur le plateau à grillades. Couvrir avec le couvercle. Tournez-les à la mi cuisson.
Nuggets Congelés (Poulet)	200g	3 (5ml huile)	Gril + M/W 600W	7 ~ 9	Beurrer et préchauffer le plateau à grillades. Mettez-y les nuggets congelés. Tournez-les à la mi cuisson.
	200g	–	M/W 1 000W	8 ~ 12	Mettez les nuggets congelés sur le plateau à grillades. Couvrir avec le couvercle. Tournez-les à la mi cuisson.
Saumon	1 (230g)	3 (5ml huile)	Gril + M/W 600W	6 ~ 8	Beurrer et préchauffer le plateau à grillades. Mettez-y le saumon. Tournez-le à la mi cuisson.
	1 (230g)	–	M/W 1 000W	8 ~ 12	Mettez le saumon sur le plateau à grillades. Couvrir avec le couvercle. Tournez-le à la mi cuisson.
Hamburgers, frais	240g (120gx2)	3 (5ml huile)	Gril+M/W 600W	6 ~ 7	Beurrer et préchauffer le plateau à grillades. Préparer les hamburgers. Mettez-les sur le plateau à grillades. Tournez-les si nécessaire.
	240g (120gx2)	–	M/W 1 000W	7 ~ 9	Mettez les patties sur le plateau à grillades. Couvrir avec le couvercle. Tournez-les à mi cuisson.

Cuisson rapide à température élevée
Guide de Cuisson

Préchauffer le four à la température désirée.
Respecter les temps et les instructions du tableau ci-dessous.
Après la cuisson, le gril et le four sont très **CHAUDS. UTILISEZ DES GANTS.**

Aliment	*Quantité*	*Température de la Fonction Rapide d´air Chaud*	*Temps de Cuisson (Minutes)*	*Instructions*
Blanc de Dindon Grillé, frais	400g	200°C	30 ~ 38	Laver et sécher les blancs de dindon. Ajouter des épices ou de la marinade. Mettez les blancs sur une assiette résistant à la chaleur sur la grille inférieure.
Pizza à levure Congelée	400g	200°C	8 ~ 14	Mettre la pizza congelée sur la grille inférieure.
Baguettes Congelées Décorées	250g	200°C	10 ~ 15	Mettre les baguettes congelées décorées sur la grille inférieure.
Pâtés impériaux Congelés	300g (150gx2)	230°C	15 ~ 22	Mettre les pâtés impériaux congelés sur la grille inférieure.
Frites (Produits de pommes de terre congelés)	300g	220°C	15 ~ 22	Placez ces produits sur le plateau métallique.

Guide pour Cuire à la
Vapeur

Verser 400ml d´eau courante dans le bol.
Mettre l´assiette dans le bol et placer l´aliment sur l´assiette. Ensuite, couvrir avec le couvercle.
Mettre le bol prêt au centre du plateau en verre avec attention. Mettre en paralèlle!

Aliment	*Poids Limite*	*Niveau de Puissance*	*Temps de Cuisson (Minutes)*	*Instructions*
Poisson entier	100 ~ 600g	1 000W(100%)	15 ~ 20	Mettre le poisson préparé côte-à-côte dans le bol. Arroser de 30ml de jus de citron et des épices.
Filets de Poisson	100 ~ 600g	1 000W(100%)	15 ~ 25	Mettre le poisson côte-à-côte dans le bol. Arroser de 30ml de jus de citron et des épices.
Grosses crevettes	100 ~ 600g	1 000W(100%)	13 ~ 20	Rincer et nettoyer. Les mettre côte-à-côte dans le bol.
Blancs, filets de Poulet	200 ~ 600g	1 000W(100%)	15 ~ 25	Rincer et nettoyer. Mettre le poulet préparé côte-à-côte dans le bol.
Oeufs durs	2 ~ 9 huevos	1 000W(100%)	17 ~ 25	Mettre les oeufs dans les petites cavités du bol.
Carottes en rondelles	200g ~ 800g	1 000W(100%)	13 ~ 20	Préparer les carottes. Couper en rondelles.
Pomme	200g ~ 800g	1 000W(100%)	15 ~ 20	Préparer les pommes. Couper en rondelles.

⚠ *ATTENTION*

Vérifiez que les temps de cuisson sont correctement réglés ; toute surcuisson peut mettre le FEU et ENDOMMAGER alors le FOUR.

Consignes importantes de sécurité

Lisez ces consignes avec grande attention et conservez-les pour pouvoir vous y référer

1. Ne pas tenter d'altérer, ou de réparer la porte, le panneau de commande, les interrupteurs de verrouillage de sécurité ou une autre partie quelconque du four. Il est en effet dangereux d'intervenir sur l'appareil en deposant des couvercles protégeant contre l'exposition à l'énergie micro-ondes. Les réparations ne doivent être entreprises que par un technicien qualifié.
2. Ne pas faire fonctionner le four vide. Il est préférable de laisser un verre d'eau dans le four inutilisé. L'eau absorbera les micro-ondes en toute sécurité en cas de démarrage accidentel du four.
3. Ne pas utiliser le four comme deshumidificateur, cela pourrait endommager les composants électriques et provoquer des dysfonctionnements. (ex: ne mettre ni journaux mouillés, vêtements, jouets, animaux ni composants électriques dans le four à micro-ondes en marche)
4. Ne pas cuire d'aliments enveloppés dans de l'essuie-tout à moins que cela ne soit indiqué dans votre livre de recettes pour l'aliment que vous cuisinez.
5. Ne pas utiliser de papier journal au lieu d'essuie-tout pour la cuisson.
6. Ne pas utiliser de récipients en bois. Ils peuvent chauffer et carboniser. Ne pas utiliser de récipient métallique avec des incrustations métalliques (or ou argent par exemple). Enlever toutes les fermetures métalliques. Des objets en métal peuvent créer un arc dans le four et engendrer des dégâts importants.
7. Ne pas faire fonctionner le four lorsqu'un torchon, une serviette ou tout autre objet vient faire obstruction entre la porte et le devant du four, ce qui pourrait engendrer des fuites d'énergie micro-ondes.
8. Ne pas utiliser de produits fabriqués à partir de papier recyclé : ils peuvent contenir des impuretés et engendrer des étincelles et / ou s'enflammer quand ils sont utilisés pour la cuisson.
9. Ne pas rincer le plateau tournant juste après la cuisson. Cela peut l'endommager ou le casser.
10. De petites quantités d'aliments peuvent requérir des temps de cuisson ou de chauffage plus courts. S'ils sont placés dans le four pour une durée normale, ils peuvent surchauffer et brûler.
11. Veiller à bien placer le four de sorte que le devant de la porte se situe à au moins 8 cm derrière le bord de la surface sur laquelle il est posé, afin d'éviter le renversement accidentel de l'appareil.
12. Avant la cuisson, percer la peau des pommes de terre, des pommes ou de tout autre fruit ou légume semblable.
13. Ne pas cuire les oeufs dans leur coquille. L'augmentation de la pression à l'intérieur de l'oeuf le fera exploser.
14. Ne pas utiliser le four pour frire.
15. Enlever les emballages plastiques des aliments avant de cuire ou de décongeler. Noter cependant que dans certains cas l'aliment doit être couvert par un film plastique pour le réchauffage et la cuisson.
16. Si la porte du four est endommagée, ne pas utiliser le four jusqu'à ce qu'il ait été réparé par un technicien spécialisé du service après-vente.
17. En cas de fumée, ne pas ouvrir la porte du four, éteindre ou débrancher le four de la prise de courant.
18. Lorsque la nourriture est réchauffée ou cuite dans des récipients jetables en plastique, papier ou autres matériaux combustibles, surveiller de près le four pour noter toute détérioration du récipient.
19. Ne laisser les enfants utiliser le four sans surveillance que si les instructions adéquates ont été données pour éviter tous les risques inhérents à cette utilisation.
20. Les liquides ou d'autres aliments ne doivent pas être réchauffés dans des récipients hermétiques, en raison du risque d'explosion.
21. Ne pas utiliser le four si les joints de la porte et les surfaces d'étanchéité sont endommagés. Avant toute utilisation faire viser le four par un technicien qualifié.
22. Utiliser des ustensiles compatibles au four à micro-ondes.
23. Lorsque le four fonctionne en mode gril, cuisson rapide à température élevée ou en programmes de cuisson automatiques, ne pas toucher la porte du four, l'encadrement, la cavité ni les plats de cuisson à moins de porter des gants spéciaux. Assurez-vous que les plats ne soient pas trop chaud avant de les sortir du four.

Consignes importantes de sécurité

Lisez ces consignes avec grande attention et conservez-les pour pouvoir vous y référer

24. N'employez que des ustensiles appropriés pour utilisation dans des fours à micro-ondes.
25. Si vous réchauffez des aliments dans des récipients en plastique ou en carton, surveillez le four car ces matières risquent de brûler.
26. Si le four dégage de la fumée, éteignez-le, débranchez-le et maintenez sa porte fermée afin d'étouffer toute flamme.
27. Le réchauffage de boissons dans le four à micro-ondes peut provoquer une ébullition retardée soudaine, c'est pourquoi vous devez faire attention lorsque vous manipulez le récipient.
28. Le contenu des biberons et des pots de nourriture pour bébés doit être agité ou secoué et sa température doit être vérifiée avant la consommation, afin d'éviter des brûlures.
29. Les oeufs dans leur coquille et les oeufs durs ne doivent pas être réchauffés dans un four à micro-onde car ils peuvent exploser, ce qui peut arriver même après avoir conclu le réchauffage dans le four à micro-ondes.
30. Détails pour le nettoyage des joints de la porte, des cavités et des pièces adjacentes.
31. Le four doit être régulièrement nettoyé et tout débris alimentaire doit être enlevé.
32. Ne pas maintenir le four propre peut permettre la détérioration de sa surface, ce qui pourrait nuire à la durée de vie de l'appareil et résulter éventuellement dans une situation dangereuse.
33. N'utilisez que la sonde thermique recommandée pour ce four (pour les appareils ayant une fonction pour utiliser une sonde thermique).
34. Si des éléments chauffants sont introduits, l'appareil devient chaud lors de son utilisation. Faites attention à ne pas toucher les éléments chauffants à l'intérieur du four.
35. L'appareil n'est pas conçu pour être utilisé par de petits enfants ou des handicapés sans surveillance.
36. Le four à micro-ondes doit être opéré avec la porte décorative ouverte.
37. Cette connexion peut se faire avec une prise accessible ou bien en incorporant un interrupteur dans le câblage fixe en fonction des règles électriques.
38. Ne pas utiliser de détergents abrasifs ou d'éponges métalliques dures sur la porte vitrée du four car elle pourait se rayer, ce qui fragiliserait la vitre.
39. Le four à micro ondes ne doit pas être placé dans un meuble.
40. Si le four fonctionne en mode combiné, il est recommandé que les enfants n'utilisent pas le four que sous la surveillance d'adultes en raison des températures générées.
41. La température des surfaces accessibles peut être élevée lorsque l'appareil fonctionne.
42. Les surfaces peuvent devenir très chaudes pendant l'utilisation.

⚠ **ATTENTION**: Si la porte ou les joints de la porte sont endommagés, le four ne doit pas être utilisé jusqu'à sa réparation par une personne qualifiée.

⚠ **ATTENTION**: Il est dangereux pour toute personne non qualifiée d'effectuer toute opération de service technique ou de réparation supposant l'extraction du couvercle protégeant contre l'exposition à l'énergie du four à micro-ondes.

⚠ **ATTENTION**: Les liquides et d'autres aliments ne doivent pas être réchauffés dans des récipients fermés car ceux-ci pourraient exploser.

⚠ **ATTENTION**: Ne permettez pas aux enfants d'utiliser le four à micro-ondes sans surveillance, sauf si vous leur avez donné des instructions appropriées de manière à ce qu'ils soient en mesure d'utiliser le four en toute sécurité et qu'ils comprennent les dangers d'une utilisation incorrecte de cet appareil.

⚠ **ATTENTION**: Les parties accessibles peuvent devenir chaudes pendant l'utilisation. Eloignez les enfants.

⚠ **ATTENTION**: Cet appareil ne doit pas être utilisé par des personnes (y compris des enfants) souffrant de capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou manquant d'expérience et de connaissances, sauf sous la surveillance d'une personne responsable de leur sécurité leur ayant indiqué comment utiliser l'appareil.

Ustensiles pour Micro-ondes

Ne jamais utiliser d'objets métalliques ou bordés de métal dans votre four à micro-ondes.

Les micro-ondes ne peuvent pas traverser le métal. Elles vont rebondir sur l'objet métallique dans le four et peuvent créer un arc électrique, phénomène alarmant qui ressemble à un éclair. La plupart des ustensiles de cuisson non métalliques résistant à la chaleur peuvent être utilisés dans un micro-ondes. Cependant, certains ustensiles peuvent contenir des matériaux qui les rendent impropres à une utilisation dans un micro-ondes. En cas de doutes sur un ustensile particulier, il existe un moyen simple de savoir s'il peut aller au micro-ondes. Placez l'ustensile en question près d'un bol d'eau dans le micro-ondes. Faites chauffer pendant 1 minute à pleine puissance. Si l'eau chauffe alors que l'ustensile reste froid au toucher, l'ustensile peut passer au micro-ondes. En revanche, si la température de l'eau ne change pas mais que l'ustensile chauffe, alors il ne peut être utiliser dans le micro-ondes. Vous disposez certainement dans votre cuisine de nombreux récipients qui peuvent passer au micro-ondes. En voici une liste.

Assiettes

La plupart des assiettes vont au micro-ondes. En cas de doute se reporter aux documents du fabricants ou effectuer le test décrit plus haut.

Verres

Le verre qui résiste à la chaleur peut passer au micro-ondes. Cela est valable pour toutes les marques d'ustensiles de cuisine en verre trempé pour four. Néanmoins, ne pas utiliser de verre fragile, tel que les verres à vin, qui pourraient se briser pendant le réchauffage.

Récipients en plastique

Ils peuvent être utilisés pour contenir des aliments à ne pas réchauffés rapidement. Toutefois, il ne faut pas les utiliser pour contenir des aliments qui devront rester très longtemps dans le four dans la mesure où l'aliment chaud finira par déformer ou faire fondre le récipient en plastique.

Papier

Les assiettes et les récipients en papier conviennent et peuvent être utilisés dans votre four à micro-ondes, dans la mesure où le temps de cuisson est court et que les aliments contiennent peu de graisses et d'eau. Les serviettes en papier sont également très utiles pour envelopper les aliments et pour garnir les plateaux de cuisson dans lesquels les aliments gras comme le bacon sont cuits. Éviter en général les produits en papier de couleur, laquelle peut déteindre. Certains produits en papier recyclé peuvent contenir des impuretés qui pourraient engendrer des arcs ou s'enflammer en cas d'utilisation dans un micro-ondes.

Sacs de cuisson en plastique

Remuer les aliments est l'une des techniques les plus importantes de l'utilisation en micro-ondes. Dans la cuisson traditionnelle, on remue les aliments pour bien les mélanger. Les aliments cuits au micro-ondes sont, eux, remués afin de répartir et de redistribuer la chaleur. Ne jamais oublier de remuer de l'extérieur vers le centre puisque l'extérieur chauffe d'abord.

Vaisselle plastique pour micro-ondes

Il existe toute sorte de formes et de tailles de vaisselle pour micro-ondes. Pour la plupart, vous pouvez utiliser dans votre micro-ondes les ustensiles dont vous disposez déjà plutôt que d'investir dans un nouvel équipement de cuisine.

Poterie, plats en pierre, céramique

Les récipients fabriqués dans ces matériaux conviennent généralement pour une utilisation en micro-ondes, mais il est préférable d'effectuer un test au préalable.

⚠ ATTENTION

Certains ustensiles ayant une forte teneur en plomb ou en fer ne conviennent pas comme ustensiles de cuisson.

Les ustensiles doivent être vérifiés pour assurer leur emploi approprié dans les fours à micro-ondes.

Caractéristiques des aliments et Cuisson micro-ondes

Ne quittez pas le four des yeux

Les recettes de ce livre ont été écrites soigneusement, mais votre réussite dépend de l'attention que vous portez aux aliments pendant leur cuisson. Gardez toujours un oeil sur vos aliments pendant qu'ils cuisent. Votre four à micro-ondes est équipé d'une lampe qui s'allume automatiquement pendant le fonctionnement du four, ainsi vous pouvez voir ce qu'il y a dedans et vérifier l'évolution de la cuisson. Les instructions données dans les recettes (soulever, remuer ...) sont les étapes minimum recommandées. Si la nourriture ne paraît pas cuire de façon homogène, faites les réglages que vous pensez nécessaires pour résoudre ce problème.

Les facteurs affectant le temps de cuisson

De nombreux facteurs affectent les temps de cuisson. Par exemple, un gâteau composé de beurre, de lait et d'oeufs glacés sera bien plus long à cuire qu'un gâteau composé d'ingrédients à température ambiante. Toutes les recettes de ce livre indiquent une fourchette de temps de cuisson. En général, vous vous apercevrez que l'aliment n'est pas assez cuit pour un temps de cuisson du bas de la fourchette et qu'il faut poursuivre la cuisson au delà du temps maximum donné, selon vos goûts personnels. Le principe qui guide ce livre est qu'il vaut mieux suivre le temps de cuisson donné de la recette. Parce qu'un plat trop cuit est vraiment fichu. Certaines recettes, en particulier pour le pain, les gâteaux et les crèmes, recommandent de retirer l'aliment du four alors qu'il n'est pas encore tout à fait cuit. Ce n'est pas une erreur. Lorsque l'on les laisse reposer, en général couverts, ces aliments continuent à cuire en dehors du four alors que la chaleur enfermée dans les parties externes de l'aliment se propage progressivement vers l'intérieur. Si les aliments restent dans le four pendant toute la durée, les parties externes cuisent trop, voire elles brûlent. Votre compétence pour estimer la cuisson et les temps de repos pour les divers aliments évoluera avec l'expérience.

Densité des aliments

Des aliments légers, poreux, tels que les gâteaux et le pain cuisent plus rapidement que les aliments denses et lourds comme les rôtis et les ragoûts. Faites attention lorsque vous cuisez des aliments poreux, les bords externes peuvent sécher et devenir friables.

Hauteur des aliments

Les portions supérieures d'aliments hauts, en particulier des rôtis, cuiront plus rapidement que la portion inférieure. Il est donc sage de retourner les aliments hauts pendant la cuisson, parfois plusieurs fois.

Teneur hydrique des aliments

Puisque la chaleur générée dans les micro-ondes a tendance à évaporer l'humidité, des aliments relativement secs tels que les rôtis et certains légumes doivent être aspergés d'eau avant la cuisson ou recouverts pour conserver leur humidité.

Quantité d'os et teneur en graisses des aliments

Les os conduisent la chaleur et la graisse cuit plus rapidement que la viande. Il faut faire attention lors de la cuisson de morceaux de viande osseux ou gras, afin qu'ils cuisent de façon homogène et ne soient pas trop cuits.

Quantité d'aliments

Le nombre de micro-ondes de votre four demeure stable indépendamment de la quantité de nourriture cuite. En conséquence, plus il y a d'aliments dans le four, plus le temps de cuisson est long. Ne pas oublier de réduire le temps de cuisson d'un tiers au moins lorsque vous divisez par deux les recettes.

Forme des aliments

Les micro-ondes pénètrent environ 2,5 cm des aliments, la portion interne des aliments épais est cuite alors que la chaleur générée sur l'extérieur progresse vers l'intérieur. Seule la partie externe de l'aliment est cuite par l'énergie micro-ondes ; le reste est cuit par convection. La forme la moins adaptée d'un aliment à cuire au micro-ondes est un carré épais. Les angles brûleront bien avant que le centre ne soit à peine chaud. Les aliments ronds et fins ou en forme d'anneau conviennent parfaitement à la cuisson au micro-ondes.

Couvercle

Un couvercle enferme la chaleur et la vapeur et permet de cuire l'aliment plus rapidement. Utiliser un couvercle ou un film pour micro-ondes avec un coin retourné pour éviter les projections.

Brunissage

Les viandes et volailles cuites un quart d'heure ou plus bruniront légèrement dans leur propre graisse. Les aliments cuits moins longtemps peuvent être badigeonnés d'une sauce telle que la sauce Worcestershire, la sauce soja ou barbecue afin d'obtenir une couleur appétissante. Vu que les quantités de sauces ajoutées aux aliments sont minimes, la saveur originale du plat n'est pas modifiée.

Couverture avec un papier sulfurisé

Le papier sulfurisé empêche les projections et permet aux aliments de conserver un peu de chaleur. Mais vu qu'il s'agit d'un couvercle qui tient moins que le couvercle ou le film plastique, la nourriture peut sécher légèrement.

Disposition et espacement

Les aliments individuels tels que les pommes de terre cuites, les petits gâteaux et les hors d'oeuvre chaufferont de façon plus homogène s'ils sont placés dans le four à distance égale, de préférence en cercle. Ne jamais empiler les aliments les uns sur les autres.

Penser à remuer les aliments
Remuer les aliments est l'une des techniques les plus importantes de l'utilisation en micro-ondes. Dans la cuisson traditionnelle, on remue les aliments pour bien les mélanger. Les aliments cuits au micro-ondes sont, eux, remués afin de répartir et de redistribuer la chaleur. Ne jamais oublier de remuer de l'extérieur vers le centre puisque l'extérieur chauffe d'abord.

Retourner les aliments
Il faut retourner les aliments gros et hauts tels que les rôtis et les poulets entiers afin qu'ils cuisent de façon homogène le haut et le bas. Cela vaut également pour les morceaux de poulet et les côtelettes.

Placer les parties plus épaisses vers l'extérieur
Étant donné que les micro-ondes sont attirées par la partie externe des aliments, il est préférable de placer les portions plus épaisses de viande, de volaille et de poisson sur le bord externe du plat. Ainsi les portions plus épaisses recevront la plupart des micro-ondes et l'aliment cuira de façon homogène.

Protection
Des bandes d'aluminium (bloquant les micro-ondes) peuvent être placées sur les angles ou bords des aliments carrés et rectangulaires pour éviter de trop cuire ces portions. N'utilisez jamais trop d'aluminium et vérifiez que le papier est bien attaché au plat afin de ne pas générer d'arc électrique dans le four.

Surélévation
Les aliments épais ou denses peuvent être surélevés afin que les micro-ondes soient absorbées par le dessous et le centre de l'aliment.

Perçage
Les aliments enfermés dans une coquille, une peau ou une membrane vont éclater dans le four à moins de les percer avant de les cuire. Il en va ainsi du blanc et du jaune d'oeuf, des clams et des huîtres et des légumes et fruits entiers.

Test de cuisson
La nourriture cuit si rapidement dans un four à micro-ondes qu'il est nécessaire de la tester souvent. Certains aliments restent dans le micro-ondes jusqu'à cuisson totale, mais la plupart des aliments, comme la viande et la volaille, doivent être retirés du four juste avant d'être cuits et il faut les laisser reposer un moment ce qui leur permet de terminer leur cuisson. La température interne des aliments augmentera de 3°C à 8°C pendant la période de repos.

Temps de repos
On laisse souvent les aliments reposer entre 3 et 10 minutes après les avoir sortis du four à micro-ondes. On couvre les aliments en général afin de conserver la chaleur sauf si leur texture doit être sèche (certains gâteaux et biscuits par exemple). Le repos permet aux aliments de finir de cuire et permet à la saveur de bien se répartir et de se développer.

Pour Nettoyer Votre Four

1. L'intérieur du four doit rester propre
Des projections de nourriture et des résidus de liquides collent aux murs du four et aux surfaces entre le joint et la porte. Il est préférable d'essuyer immédiatement les débordements avec un chiffon humide. Les miettes et les débordements vont absorber les micro-ondes et rallonger les temps de cuisson. Prenez un chiffon humide pour enlever les miettes qui tombent entre la porte et l'encadrement. Il est important de garder cette surface propre pour garantir l'étanchéité parfaite. Enlevez les projections grasses avec un chiffon savonneux, rincez et séchez. N'utilisez pas de détergent agressif ou de nettoyant abrasif. Le plateau en verre peut être lavé dans l'évier ou dans le lave-vaisselle.

2. L'extérieur du four doit rester propre
Nettoyez l'extérieur du four avec de l'eau et du savon puis à l'eau et séchez avec un chiffon doux ou un essuie-tout. Pour éviter d'endommager les pièces actives à l'intérieur du four, l'eau ne doit pas pénétrer dans les ouvertures de ventilation. Pour nettoyer le bandeau de commande, ouvrez la porte afin d'éviter tout démarrage accidentel et essuyez avec un chiffon humide immédiatement suivi d'un chiffon sec. Appuyez sur ARRÊT après le nettoyage.

3. Si de la vapeur s'accumule à l'intérieur ou autour de l'extérieur de la porte du four, essuyez les panneaux avec un chiffon doux. Cela peut arriver lorsque le micro-ondes fonctionne dans des conditions d'humidité élevée et n'indique en aucun cas un mauvais fonctionnement de l'appareil.
4. La porte et les joints d'étanchéité de la porte du four doivent être propres. N'utiliser que de l'eau chaude et savonneuse, puis séchez complètement. NE PAS UTILISER DE MATÉRIAUX ABRASIFS TELS QUE LES POUDRES OU TAMPONS MÉTALLIQUES OU PLASTIQUES. Les pièces métalliques sont plus faciles à entretenir lorsqu'elles sont essuyées souvent avec un chiffon humide.
5. N'utilisez pas de nettoyeur vapeur.

Questions et
Réponses

Q. Que se passe-t-il lorsque la lampe du four ne s'allume pas?
R. Il peut y avoir plusieurs raisons à cela :
L'ampoule a grillé.
La porte n'est pas fermée.

Q. L'énergie micro-ondes traverse-t-elle la vitre du four dans la porte?
R. Non. Les trous, ou hublots, permettent de laisser passer la lumière ; mais pas l'énergie micro-ondes.

Q. Pourquoi entend-on un signal sonore lorsque l'on touche un bouton sur le bandeau de commande?
R. Le signal sonore permet de vérifier que le réglage est correctement entré.

Q. Le micro-ondes sera-t-il endommagé s'il fonctionne à vide?
R. Oui. Ne jamais faire marcher le micro-ondes vide ou sans le plateau en verre.

Q. Pourquoi les oeufs éclatent-ils parfois?
R. Lorsque l'on cuit, frit ou poche des oeufs, le jaune peut éclater en raison de la vapeur qui se développe sous la membrane du jaune. Afin d'éviter cela, il suffit de percer le jaune avant de le cuire. Ne mettez jamais au micro-ondes les oeufs dans leur coquille.

Q. Pourquoi recommande-t-on un temps de repos à la fin de la cuisson?
R. Une fois la cuisson terminée, l'aliment continue à cuire pendant le temps de repos. Ce temps de repos permet de terminer la cuisson de façon homogène dans tout l'aliment. La durée du temps de repos dépend de la densité de l'aliment.

Q: Le ventilateur marche même lorsque le four à micro-ondes n'est pas en marche. C'est une défaillance?
R: Non. Le 'Système de Refroidissement Automatique' marche de telle façon que le ventilateur se met en marche automatiquement, pour la sécurité du consommateur, si la température intérieure du four à micro-ondes est dépasse les valeurs appropriées après avoir fini de cuire.

Q. Est-il possible de faire du pop-corn dans un four à micro-ondes?
R. Oui, si l'on utilise l'une des deux méthodes suivantes :
1. Des ustensiles pour pop-corn spécialement conçus pour la cuisson au micro-ondes.
2. Du pop-corn pré-conditionné commercialisé qui recommande des durées et des niveaux de puissance spécifiques pour que le produit final soit acceptable.

SUIVRE LES INSTRUCTIONS EXACTES DE CHAQUE FABRICANT POUR LEUR POP-CORN. NE PAS LAISSER LE FOUR SANS SURVEILLANCE PENDANT L'ECLATEMENT DU MAÏS. SI LE MAÏS N'ECLATE PAS A LA FIN DE LA DUREE RECOMMANDEE, NE PAS POURSUIVRE LA CUISSON. UNE SURCUISSON PEUT ENFLAMMER LE MAÏS.

⚠ **ATTENTION**
NE JAMAIS UTILISER DE SAC EN PAPIER MARRON POUR FAIRE ECLATER LE MAÏS. NE JAMAIS ESSAYER DE FAIRE ECLATER LES GRAINS QUI SONT RESTES ENTIERS.

Q. Pourquoi mon four ne cuit-il pas aussi vite que les temps indiqués dans le guide de cuisson?
R. Consultez à nouveau votre guide de cuisson pour vérifier que vous avez bien suivi les instructions, et pour trouver ce qui peut engendrer des variations dans les temps de cuissons. Les temps indiqués dans le guide de cuisson et les niveaux de puissance ne sont que des suggestions, choisies pour éviter de cuire trop un aliment, problème le plus fréquent avant de s'habituer au micro-ondes. Les changements de taille, de forme, de poids et de dimensions des aliments peuvent requérir des temps de cuisson supérieurs. Faites appel à votre jugement ainsi qu'aux suggestions du guide de cuisson pour voir où en est la cuisson de l'aliment, tout comme vous le feriez avec une cuisinière traditionnelle.

• Décongélation aux micro-ondes

Plat	Puissance micro-ondes, Temps de cuisson	Instructions
Viande	300W, 6 1/2 ~ 7 1/2 min. ou la fonction de clef d'Auto	Placer la plaque plate. Tourner après 3 1/2 minutes.

• Cuisson Micro-ondes

Plat	Puissance micro-ondes, Temps de cuisson	Instructions
Crème brûlée	400W, 23 ~ 28min.	Poser le plat en pyrex sur la clayette basse.
Cake,madeleines	600W, 8 ~ 11min.	Poser le plat en pyrex de 22cm de diamètre sur la clayette basse.
Tranche de viande	800W, 10 ~ 12min.	Poser le plat en pyrex sur la clayette basse.

• Cuisson combinée avec micro-ondes

Plat	Puissance micro-ondes, Temps de cuisson	Température	Instructions
Gratin de pommes de terre	Convection + 400W, 20 ~ 25min.	200°C	Placer le plat en pyrex ø 22cm sur la grille inférieure.
Cake	Convection + 200W, 18 ~ 24min.	180°C	Placer le plat en pyrex ø 22cm sur la grille inférieure.
Poulet	Convection + 600W, 30 ~ 35min. ou la fonction de clef d'Auto	230°C	Placer le poulet avec le blanc vers le bas sur la grille inférieure. Tourner après 15 minutes.

Avertissements et
Spécifications Techniques

⚠ *ATTENTION*

CET APPAREIL DOIT ÊTRE RELIE A LA TERRE

Les fils de connexion au secteur respectent le code suivant:
BLUE : Neutre
MARRON : Phase
VERT OU JAUNE : Terre

Cet appareil est fourni avec un câble de réseau de performances spécifiques, qui, s'il est endommagé, doit être remplacé par un câble de réseau de même type ; un tel câble de réseau peut s'obtenir auprés de l'importateur et doit être installé par une personne compétente (⏚).

Si le câble d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, son service après vente ou une personne de qualification similaire afin d'éviter un danger.

Les œufs dans leur coquille et les œufs durs ne doivent pas être cuits ou réchauffés dans un four à micro onde, car ils risquent d'exploser et d'endommager irrémédiablement votre appareil. Après la cuisson ou le réchauffage, laisser reposer quelques instants, les aliments dans le four, pour que la température de toutes les parties de l'aliment soit homogène. Remuer ou agiter le contenu (en particulier le biberons et les pots d'aliments pour bébé) et surtout, vérifier la température avec soin avant consommation afin d'éviter les brûlures.

Spécifications Techniques

	MC-8483NLR
Alimentation	230 V AC / 50Hz
Sortie	1 000 W (valeur standard IEC60705)
Fréquence micro-ondes	2 450 MHz
Dimension extérieure	556 mm(L) X 340 mm(H) X 494 mm(P)
Puissance consommée	
Micro-ondes	1 550 watt
Gril	1 250 watt
Combiné	3 000 watt
Convection	1 500 watt (max 2 700 watt)

NOTE IMPORTANTE

A la différence des autres appareils de cuisson, votre four à micro-ondes ne chauffe pas le récipient mais uniquement son contenu. Un réel danger de brûlure de la gorge et du palais existe, si vous ne contrôlez pas la température des aliments avant de les absorber. Nous vous recommandons plus particulièrement de vérifier la température du lait (ou autre liquide), contenu dans un récipient (biberon par exemple) à donner aux nourrissons et enfants. Ne jamais faire chauffer de liquide dans un récipient fermé. (risque d'éclatement du récipient, avant, pendant ou après l'ouverture de la porte) Le remplacement du cable d'alimentation et/ou toute intervention nécessitant l'ouverture de l'appareil ne doit s'effectuer que par du personnel technique qualifié.

Ce four micro-ondes est livre avec un cordon reseau special, qui, s'il est endommage, doit etre remplace par un cordon de meme type. Ce cordon ne peut etre delivre que par le fabriquant et installe par une personne competente.

Memo

Memo

Memo

Élimination de votre ancien appareil

1. Ce symbole, représentant une poubelle sur roulettes barrée d'une croix, signifie que le produit est couvert par la directive européenne 2002/96/EC.
2. Les éléments électriques et électroniques doivent être jetés séparément, dans les vide-ordures prévus à cet effet par votre municipalité.
3. Une élimination conforme aux instructions aidera à réduire les conséquences négatives et risques éventuels pour l'environnement et la santé humaine.
4. Pour plus d'information concernant l'élimination de votre ancien appareil, veuillez contacter votre mairie, le service des ordures ménagères ou encore la magasin où vous avez acheté ce produit.

LG

Printed in Korea